

فاعلية الذات وعلاقتها بالاحترق النفسي والدافعية للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال إعداد

د/ سارة عبد السلام مصطفى*

المستخلص

هدف البحث إلى التعرف على الفاعلية الذاتية وعلاقتها بمستويات الاحتراق النفسي والدافعية للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة المنصورة وطلخا. وأجري البحث على (٩٥) معلمة من معلمات رياض الأطفال ببعض مدارس مديرية التربية والتعليم بالدقهلية، وقامت الباحثة بإعداد مقياس فاعلية الذات، ومقياس الإحترق النفسي، ومقياس الدافعية للإنجاز لمعلمات رياض الأطفال. وتوصل البحث إلى أن مستوى فاعلية الذات متوسطة لدى أفراد عينة البحث (١٤٨,٣) ولم يصل إلى المستوى الفرضي للمقياس (٨٠٪)، وأن مستوى الاحتراق النفسي مرتفع لدى أفراد عينة البحث (١١١.٢) ولم يصل إلى المستوى الفرضي للمقياس (٨٠٪)، أما مستوى الدافع للإنجاز كان متوسطاً لدى أفراد عينة البحث (١٤١) ولم يصل إلى المستوى الفرضي للمقياس (٨٠٪). كما توصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين فاعلية الذات والاحترق النفسي (الدرجة الكلية)، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين فاعلية الذات والدافعية للإنجاز (الدرجة الكلية).

الكلمات المفتاحية:

فاعلية الذات - الاحتراق النفسي - الدافعية للإنجاز - معلمات رياض الأطفال.

* مدرس الصحة النفسية للطفل كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

Self-Efficacy and its relationship to Psychological Burnout and Achievement Motivation among kindergarten teachers

Abstract:

The research aimed to identify self-efficacy and its relationship to psychological burnout and achievement motivation among kindergarten teachers in Mansoura and Talkha. The research was conducted on (95) kindergarten teachers in some schools of the Direction of Education in Dakahlia and the researcher prepared a scale of self-efficacy, a scale of Psychological burnout and a scale of achievement motivation among kindergarten teachers. The research found that the level of self-efficacy is medium among the research sample (148.3) and did not reach the hypothetical level of the scale (80%), while the level of burnout is high among the members of the research sample (111.2) and did not reach the hypothetical level of the scale (80%). while the level of achievement motivation was average among the members of the research sample (141), and did not reach the hypothetical level of the scale (80%) the research also found a statistically significant negative correlation between self-efficacy and burnout (total score) and the existence of a statistically significant positive correlation between self-efficacy and achievement motivation (degree college).

Key Words:

Self-Efficacy -Psychological Burnout – Achievement Motivation - Kindergarten Teachers.

المقدمة:

يعتبر المعلم أحد العناصر المهمة في العملية التعليمية وهو المسئول الأول عن تحقيق الأهداف التعليمية وتيسير تعليم وتعلم الأطفال. وتحتل معلمة رياض الأطفال مكانة هامة عند كافة أفراد المجتمع، فهي مؤتمنة على الأبناء، فهم أهم ثروة يمتلكها المجتمع. وتكمن أهمية المعلمة في أنها تقوم بعملية التعليم لأبنائنا وترعى هذه الثروة وتسهم في تنشئتهم وتربيتهم لتحقيق أهداف المجتمع وطموحاته. وبقدر الاهتمام والتطور الذي يلحق بمستوى إعداد وتدريب المعلمة وتوفير فرص العمل والظروف المناسبة لها بمهنة التدريس، بقدر ما يؤدي إلى اتزانها النفسي والاجتماعي وقيامها بواجباتها ومسئولياتها في مرحلة رياض الأطفال.

ونظراً للتطورات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية المتلاحقة أصبحت تواجه المعلمة بعض الضغوط والقلق والتوتر وضعف الجوانب الإيجابية للشخصية التي تسبب مشكلة الاحتراق أو الإنهاك النفسي أثناء التعامل والتفاعل مع الأطفال في الروضة، وهذه الضغوط تفرض على المعلمة مجموعة متطلبات فسيولوجية أو اجتماعية أو نفسية، ورغم أن الضغوط جزء من حياتنا اليومية إلا أن مصادرها تختلف من فرد إلى آخر.

وتكثر الضغوط في المهن والمجالات التي تستدعي التكيف مع المشكلات المعقدة والمواقف المتعددة في التدريس، والمسئوليات التي تقع على عاتق معلمة رياض الأطفال تفوق قدراتها وإمكاناتها أحياناً وقد تؤدي إلى ما يسمى بالاحتراق النفسي (Burnout) الذي يتضمن حالة انفعالية متطرفة وإجهاد جسدي ونفسي تشعر عندها المعلمة بفقدان الأمل والتعاسة، ويجب عليها التعامل مع هذه المشكلات والتغيرات والتكيف معها حتى لا تقع في الاحتراق النفسي وهو أحد أسباب الأزمات النفسية الخطيرة (العرايضة، ٢٠١٦، ١٩٩).

كما أن الكثير من المشكلات النفسية مثل الخوف والإحباط والقلق والاحتراق النفسي، وعدم الدافعية، وضعف الإنتاج واللامبالاة تنتج غالباً عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلمات أثناء عملهم وتأدية واجباتهم، والتي تنعكس بشكل سلبي على شخصية المعلمة وصحتها، وزملائها وعلى الأطفال، وانطفاء حماس المعلمة واحتقارها لمهنتها وبث هذا الشعور في نفوس الأطفال والزملاء في العمل.

لذلك فإن دراسة موضوع الاحتراق النفسي وأسبابه وآثاره السلبية وكيفية مواجهته يفيد المعلمات والعاملين في مهنة التدريس، وقد نالت دراسته خلال السنوات الأخيرة اهتماماً كبيراً لما يسببه من آثار سلبية تؤدي إلى عدم التوافق النفسي والمهني والاجتماعي لدى معلمات رياض الأطفال (الرافعي، والقضاة، ٢٠١٠)، (Maryati & Mustika, 2016).

وتساعد فاعلية الذات (Self efficacy) معلمات رياض الأطفال على تقبل المتناقضات ومواجهة الضغوط وحل بعض المشاكل التي تقابلهم في مهنة التدريس والتعامل مع الأطفال وتساعدهم على العودة

إلى حالة الاستقرار والهدوء النفسي. خاصة أن فاعلية الذات تشتمل على خصائص ومقومات وقدرات تساعد المعلمة على التكيف مع الواقع المهني والتدريسي وتقلل من حدة الضغوط والمشكلات التي تواجهها (Bandura, 1997, 37-38).

كما أن نجاح معلمة رياض الأطفال في مهنتها وتعاملها مع الأطفال يعتمد إلى حد كبير على مقومات وقدرات تميزها عن غيرها، حيث إن معرفتها وتقديرها بوجود هذه القدرات لديها تؤهلها لهذا الدور القيادي، وتساعد في التعامل مع تلك الفئة العمرية المبكرة (حجازي، ٢٠١٣)، وهذا ما يعبر عنه بالفاعلية الذاتية التي يعرفها باندورا على أنها: معتقدات الفرد بشأن قدرته على تنظيم الأفعال المطلوبة لإدارة المواقف المستقبلية وتنفيذها (Cheung, 2008).

ويرى باندورا (1997) أن فاعلية الذات تشير إلى أحكام الفرد، وتوقعاته حول إمكانية أدائه للسلوك الفعال في مواقف تتصف بأنها غامضة وغير واضحة، وتتعاكس هذه التوقعات على اختيار الفرد للأنشطة المتضمنة في الأداء، والجهود المبذولة، ومواجهة العقبات، وإنجاز السلوك، ويعتبر مفهوم فاعلية الذات من أهم المفاهيم التي قدمها (باندورا، ١٩٧٧) في نظريته المعرفية الاجتماعية في التعلم وتعديل السلوك (Bandura's social cognitive theory of behavioral change)، إذ يرى أن اعتقادات الفرد حول القدرات والمهارات التي يمتلكها تسهم في بناء تقويماته عن فعاليته الذاتية وتحقيق النتائج الإيجابية. كما يرى " باندورا " إن للفاعلية الذاتية أهمية مركزية وهي اعتقاد الفرد حول قدرته على تنظيم وتنفيذ أعمال معينة ويؤثر هذا الاعتقاد في التوقعات والاختيارات والإصرار والمثابرة والشعور بالمسؤولية أمام الأعمال المعقدة ويساعد الاعتقاد بأن الشخص هو المسئول الخاص عن أعماله على التطور والنمو العام له (Bandura, 2006, 307).

وتعد فاعلية الذات إحدى موجهاً السلوك، فالمعلمة التي تؤمن بقدرتها تكون أكثر نشاطاً وتقديراً لذاتها، ويمثل ذلك مرآة معرفية للفرد، وتشعرها بقدرتها على التحكم في البيئة؛ حيث تعكس تصورات ومعتقدات المعلمة عن ذاتها قدرتها على التحكم في معطيات البيئة ومواقف التدريس من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التي تقوم بها، والثقة بالنفس في مواجهة ضغوط المهنة والحياة (المزروع، ٢٠٠٧)؛ (Çelik & Kahraman, 2018, 2721).

وللفاعلية الذاتية علاقة إيجابية بالإنجاز في المجالات المختلفة، وتعتبر مثيراً مهماً لدافعية الفرد للإنجاز ومواجهة مشكلاته وضغوطاته، بما يسهم في تحقيق أهدافه، فالسلوك الإنساني يعتمد بشكل أساسي على ما يعتقد الفرد عن فعاليته وتوقعاته عن مهاراته السلوكية المطلوبة للتعامل الناجح وبكفاءة مع أحداث الحياة (Bandura, 1997).

لذلك يعتبر الاحتراق النفسي من الأسباب التي تؤدي إلى القلق والتوتر والمشكلات والنظر إلى العمل والحياة والمستقبل بنظرة غير مرضية. ولجودة حياة الإنسان وسعادته متطلبات تختلف من شخص إلى آخر وفق ما يراه في معايير تقييم حياته. ويوجد العديد من العوامل التي تتحكم في تحديد

مقومات جودة حياة الإنسان وسعادته مثل: القدرة على التفكير وحل المشكلات واتخاذ القرارات، والقدرة على التحكم والسيطرة على المواقف والأحداث والمشكلات، والصحة العقلية والنفسية والبدنية، والعلاقات الاجتماعية، والمعتقدات الدينية والقيم الثقافية، والمستوى الاجتماعي والاقتصادي التي عليها يحدد كل شخص الشيء الأهم بالنسبة إليه والذي من خلاله يحقق جودة حياته وسعادته.

وتوصلت دراسة الظفري (٢٠١٦) إلى أنه يمكن التنبؤ بمستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في سلطنة عمان بدراسة معتقدات الكفاءة الذاتية. كما توصلت دراسة أحمد (٢٠١٦) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية للمعلمين، ويمكن التنبؤ بالارتياح النفسي عن طريق الفاعلية الذاتية للمعلمين. وتوصلت دراسة (Zakaria & Hamzah, 2021) إلى أن فاعلية الذات تؤثر في الاحتراق ويمكن استخدامها في التنبؤ بمستوى الاحتراق لدى المعلمين. وتؤكد دراسة عيسى، والفالح (٢٠١٨)، ودراسة (Çelik & Kahraman, 2018)، على أهمية تحسين مستوى الفاعلية الذاتية لدى المعلمين والمعلمات وتعزيز قدرتهم على التعامل مع المواقف التعليمية المختلفة لتقليل الاحتراق النفسي والمهني وتحسين الرضا عن الحياة.

ويقل إنجاز المعلمة للمهام والمسئوليات المطلوبة منها في حالة القلق والخوف والتوتر والشعور بالضيق والنظرة المؤلمة للحياة والمستقبل ولذلك يجب أن تتصف بالاتزان العقلي والعاطفي والنفسي وتقدر ذاتها وتحب مهنتها ومجتمعها، وأن تتصف بالقدرة على فهم ذاتها وإمكاناتها وفهم الآخرين وطبيعة المهنة وظروف الحياة والمستقبل، ويؤدي رضا المعلمة عن ذاتها ومهنتها ومجتمعها ونظرتها الإيجابية وشعورها بالسعادة إلى الاستقرار النفسي والبدني وتحسن مستوى أدائها وإنجازها، والتعاون ومساعدة الآخرين والإسهام في خدمة المجتمع (عبد السلام، ٢٠١٨، ٤٩٩-٥٠١).

ويسعى الاتجاه الحديث في العلاج النفسي إلى تدعيم وإنماء الجوانب الإيجابية لدى الشخص حيث يرى أصحاب العلاج النفسي الإيجابي أن الصحة النفسية لا تشير إلى غياب الأضرار النفسية فحسب، بل تعتمد أيضاً على وجود الجوانب الإيجابية مثل: المشاعر الإيجابية، والحياة الهادفة، والإنجاز، والتعاون الاجتماعي (Lavasani. et al., 2011, 1852-1856).

وتعد فاعلية الذات إحدى سمات الشخصية المناعية التي تسهم في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية، وتعد في مقدمة الطريق إلى المقاومة، لكونها تحافظ على الصحة والأداء والدافعية للإنجاز وتزيد من الإنتاجية في العمل. ويلاحظ احتفاظ بعض الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية ولا يصيبهم الإرهاق والمرض بالرغم من تعرضهم لمحن وأحداث حياتية ضاغطة (بلوم، وحنصالي، ٢٠١٣).

وتعرضنا للضغوط والقلق والتوتر يعد أمراً حتمياً لا مفر منه في هذا العصر، فلا حياة بدون ضغوط أو قلق أو توتر. لذا يجب تقوية مقومات الصحة النفسية والجسدية والجوانب الإيجابية للشخصية.

وتعد فاعلية الذات من أهم المصادر والمفاهيم النفسية الإيجابية التي يجب الاهتمام بتتميتها بفنيات علم النفس الإيجابي للتغلب على القلق والتوتر والاحتراق النفسي وزيادة الدافع للإنجاز.

وشعرت الباحثة بمشكلة البحث ووجود بعض أعراض الاحتراق النفسي وضعف فاعلية الذات والدافع للإنجاز لدى بعض معلمات رياض الأطفال من خلال مقابلة عدد (١٠) معلمات أثناء الإشراف على الطالبات في التدريب الميداني برياض الأطفال وتبين معاناتهم من بعض المشاكل والضغط في تعاملهم مع الأطفال والبيئة الصفية وكثرة عدد الأطفال في الفصول وسلوكياتهم والإدارة وقلقهم وتوترهم من متطلبات مهنة التدريس بمرحلة رياض الأطفال.

كما قامت الباحثة بدراسة استطلاعية للوقوف على فاعلية الذات لدى بعض معلمات رياض الأطفال وتم تطبيق مقياس فاعلية الذات على (٢٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال ببعض مدارس المنصورة وطلخا، ورصدت الدرجات وحسبت المتوسط والنسبة المئوية لمتوسط الدرجة ككل لمعلمات رياض الأطفال في الدراسة الاستطلاعية فكانت تمثل ٤٥٪ من الدرجة الكلية للمقياس. وهذا يدل على ضعف فاعلية الذات لدى المعلمات بالدراسة الاستطلاعية.

وتشير الباحثة إلى أن مؤشرات المقابلات ونتائج الدراسة الاستطلاعية عن مستويات الاحتراق النفسي وفاعلية الذات لدى بعض معلمات رياض الأطفال تتفق مع نتائج العديد من الدراسات السابقة التي تناولت الاحتراق النفسي وفاعلية الذات والدافع للإنجاز مثل: دراسة (Egyed & Short, 2006)، ودراسة المزروع (٢٠٠٧)، ودراسة فريحات؛ والربضي (٢٠١٠)، ودراسة حجازي (٢٠١٣)، ودراسة المشيخي (٢٠١٣)، ودراسة جواد (٢٠١٥)، ودراسة الحربي؛ والمطيري؛ والعجمي (٢٠١٥)، ودراسة الظفري (٢٠١٦)، ودراسة العرايضة (٢٠١٦)، ودراسة عيسى؛ والفالح (٢٠١٨)، (Çelik & Kahraman, 2018)، ودراسة الوخيان (٢٠١٩)، ودراسة عبدالله (٢٠٢١)، ودراسة (Qin; Lu; Zhou, Y.; Wijaya; Huang & Fauziddin, 2022) في وجود الاحتراق النفسي وضعف فاعلية الذات والدافع للإنجاز لدى بعض معلمات رياض الأطفال.

ولذلك شعرت الباحثة بأهمية دراسة فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الاحتراق النفسي والدافع للإنجاز

لدى معلمات رياض الأطفال.

مشكلة البحث:

تقوم معلمة رياض الأطفال بأدوار ومهام عديدة ومتنوعة تتطلب سمات وخصائص ومقومات ومهارات فنية مختلفة؛ فهي مسئولة عن كل ما يتعلمه الطفل إلى جانب تهذيب وتعديل سلوكه، والتوجيه حول نمو كل طفل من أطفالها في مرحلة حساسة من حياتهم، وتطوير العملية التربوية وتعاملها الدائم مع

الأطفال. إذ أن دور معلمة الروضة لا يقتصر على التدريس أو تلقين المعلومات للأطفال بل هي بديلة للألم في الروضة في تنشئة وتربية الأطفال ورعايتهم ومساعدتهم على التكيف والانسجام وحفظ النظام والهدوء وتحتاج للكثير من الصبر على سلوكياتهم ومشاكلهم.

وتقع معلمة رياض الأطفال تحت ضغوط كثيرة مثل: كثرة متطلبات واحتياجات الأطفال ومشاكلهم في هذه المرحلة، والأعمال الإدارية والتدريسية، والتعامل مع الإدارة والزملاء والأسرة، وتدني الراتب، وتدني النظرة الاجتماعية، بالإضافة إلى المتطلبات والمسئوليات الشخصية والعائلية التي تزيد من ضغوطها. وهذا يسبب للمعلمة الضغوط النفسية وتتقل كاهلها وتشعرها بالتعب والقلق والتوتر والشعور بالإحباط والألم النفسي. وزيادة هذه الضغوط والمشكلات وعدم معالجتها تؤدي بالمعلمة إلى الشعور بالاحتراق النفسي.

وكذلك تعاني معلمات الروضة من الضغوط بسبب إلتحاقهن للتدريس بهذه المرحلة المبكرة والنظرة المتدنية من قبل زميلاتهن بالمراحل الدراسية الأخرى، وضعف العزيمة وفاعلية الذات والدافع للإنجاز أمام ما يقمن به من مهام وتكليفات تطلب منهن في مرحلة رياض الأطفال. وما تقتضيه هذه المهنة من كثرة الأعمال والمتطلبات وتراكمها وما ينجم عنها من ضغوطات تنعكس بالسلب على الحالة النفسية لمعلمة رياض الأطفال ومدى نجاحها أو إخفاقها في مواجهة المواقف الضاغطة (جواد، ٢٠١٥، ٣٨٤-٣٨٥). ويتوقف نجاح المعلمة في القيام بمهامها ومسئولياتها على مدى فاعليتها الذاتية والدافع للإنجاز وتفعيل ما تمتلكه من سمات أو خصائص أو مقومات أو أفكار عقلانية. وتعمل على تحديد فاعلية الذات لديها حول توقعاتها التي تتسم إما بالفشل وضعف الدافع للإنجاز وبالتالي العجز في الأداء، أو التوقع الإيجابي نحو النجاح وزيادة الدافع للإنجاز وتعزيز القدرات الذاتية والإصرار على أداء العمل مهما كانت صعوبته وما تتعرض له من ضغوطات.

وتختلف مستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمات تبعاً لطبيعة العمل ونوعيته والمهام والأعمال المطلوبة بمرحلة رياض الأطفال وما يمكن أن يترتب عليها من آثار سلبية تنعكس على الفاعلية الذاتية والدافع للإنجاز.

ويرى " باندورا " أنه كلما ارتفعت فاعلية الذات ارتفع الإنجاز وانخفضت الاستثارة العاطفية وبالتالي يصبح التحكم في البيئة المحيطة مرتفع إلى حد ما، أما الذين يتصفون بفاعلية الذات منخفضة فإنهم يرون أنفسهم عاجزين عن إدراك سلوك به إثارة، فيؤدي بهم إلى سوء التوافق والاحتراق النفسي سواء على مستوى الذات أو الانفعالات (Bandura, 1997).

ويؤكد الطيب، والبهاص (٢٠٠٩، ٦١) " أن علم النفس في صورته الجديدة لم يعد يتوقف عند دراسة المرض والضعف ومواطن الخلل في الشخصية بل تجاوز ذلك كله إلى دراسة نواحي القوة ومكامن الفضائل الإنسانية، ولم يعد العلاج النفسي مقتصرًا على علاج الخطأ وإصلاح الإعوجاج بل أصبح تعظيمًا للصواب وتعجيلًا لنواحي القوة وصولًا للتكيف الإيجابي ."

وبالرغم من وجود الإرشاد وأساليبه إلا أنه لم يتم الاهتمام بالجوانب الإيجابية في الشخصية بشكل أوسع إلا في السنوات الأخيرة وخاصة بعد إسهامات (سليجمان، ٢٠٠٠) في مجال الخبرات والسمات الإيجابية للأفراد مثل: فاعلية الذات والصلابة والرفاهة النفسية والرضا والأمل والتفاؤل وغيرها من الجوانب النفسية الإيجابية للفرد من خلال ما أطلق عليه علم النفس الإيجابي وذلك لتنمية الجوانب الإيجابية وخفض الضغوط والاحتراق وتحقيق الإستقرار والراحة النفسية (الطيب، والبهاص، ٢٠٠٩؛ الفرحاتي، ٢٠١٢؛ وأحمد، ٢٠١٦؛ وبخيت، وسويقي، وحسن، ٢٠٢١).

ويتخلل التدريس في مرحلة رياض الأطفال صراعات وقلق وإحباط وتوتر ووجود الصعوبات والعقبات التي تحول المعلمات دون تحقيق طموحاتهن ورغباتهن فيزداد الاحتراق النفسي لديهن. والاحتراق النفسي أحد الانفعالات النفسية التي تؤثر على الفرد عند مواجهته لمواقف يختل فيها توازنه إذ يفقد قدرته في السيطرة أو التحكم في واقعه، ويؤدي إلى اضطراب في سلوك الفرد، وهذا القلق والضغط يحدث عند التكيف في التعامل مع الأطفال ومشاكلهم وسلوكياتهم وينشأ بسبب انعدام الأمن والاستقرار النفسي لدى الفرد (Maryati & Mustika, 2016).

وتشير دراسة فريجات؛ والريضي (٢٠١٠)، ودراسة جواد (٢٠١٥)، ودراسة الحربي، والمطيري، والعجمي (٢٠١٥)، ودراسة (Maryati & Mustika, 2016)، ودراسة سليم (٢٠١٩) إلى أن بعض معلمات رياض الأطفال يعانين من الضغوط والاحتراق النفسي، وأن الاحتراق النفسي يؤثر على الصحة النفسية للمعلمة وأدائها وعلاقتها بالأطفال وبزميلاتها ويؤدي إلى انخفاض التكيف الاجتماعي وارتفاع شعورها بالضيق والتوتر والعجز، والتأكيد على تحسين فاعلية الذات لمواجهة هذه الضغوط.

وتشير بخيت (٢٠١١، ٢٤) إلى أننا إذا فهمنا نواحي القوة والسواء النفسي لدى المعلمات نستطيع أن نساعدنهم في منع وتقليل القلق والأمراض والضغوط والاضطرابات النفسية المصاحبة لهذا العصر، والكشف عن الفضائل الإنسانية الإيجابية التي تنمو بحياة الإنسان وتجعلها أكثر جودة.

لذلك أكدت العديد من الدراسات مثل: دراسة السيد، والحربي، ٢٠١٤؛ ودراسة الظفري، ٢٠١٦؛ ودراسة Çelik & Kahraman, 2018؛ ودراسة عيسى، والفالح، ٢٠١٨؛ ودراسة Maryati & Mustika, 2016؛ ودراسة Pourkarimi & Mobinrahni, 2018؛ ودراسة عبد الله، ٢٠٢١؛ ودراسة بخيت، وسويقي،

وحسن، ٢٠٢١؛ ودراسة Qin; Lu,; Zhou, Y.;Wijaya; Huang; Fauziddin,2022 ، على ضرورة الاهتمام بدراسة تأثير علاقة الجوانب الإيجابية مثل: فاعلية الذات بالدافع للإنجاز والاحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

ونظراً لطبيعة وخطورة الاحتراق النفسي وتأثيراته السلبية على معلمات رياض الأطفال وقلة البحوث - في حدود علم الباحثة - التي تناولت العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال ترى الباحثة الحاجة الماسة إلى إجراء هذا البحث. وفي ضوء ذلك تتحدد مشكلة البحث في تحديد العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال.

ويمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي:

ما العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال؟

ويتفرع من السؤال الرئيس الأسئلة التالية:

- ١- ما مستوى الفاعلية الذاتية لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٢- ما مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٣- ما مستوى الدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٤- هل توجد علاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٥- هل توجد علاقة بين فاعلية الذات والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال؟

أهداف البحث:

- ١- التعرف على مستوى الفاعلية الذاتية لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٢- التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٣- التعرف على مستوى الدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٤- التعرف على العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٥- التعرف على العلاقة بين فاعلية الذات والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال.

أهمية البحث:

ترجع أهمية هذا البحث إلى ما يلي:

الأهمية النظرية:

- ١- ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال، ومعرفة العلاقة ودراستها يمكن أن تسهم في معرفة استراتيجيات وأساليب المواجهة والعلاج للمشكلات والضغوط والاحتراق النفسي.

- ٢- تناول موضوعاً هاماً هو الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال لخطورة تأثيره على الحالة النفسية والجسدية والاجتماعية وإنعكاسه السلبي على الأطفال.
- ٣- توصلت العديد من الدراسات إلى تأثير الاحتراق النفسي على أداء المعلمات وفاعليتهم.
- ٤- معرفة العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي، والعلاقة بين فاعلية الذات والدافع للإنجاز لدى معلمات الروضة.

الأهمية التطبيقية:

- ١- إعداد مقاييس فاعلية الذات والاحتراق النفسي والدافع للإنجاز لمعلمات رياض الأطفال يمكن استخدامها في دراسات أخرى.
- ٢- مساعدة المتخصصين في معرفة فاعلية الذات وعلاقتها بمستويات الاحتراق النفسي والدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال وأهمية وضع البرامج التدريبية والإرشادية للمعلمات للتغلب على الاضطرابات والمشكلات النفسية والاجتماعية التي تتعرض لها معلمات رياض الأطفال.
- ٣- يتناول البحث دراسة الجوانب الإيجابية وتأثيراتها على الحالة النفسية والمهنية لمعلمات رياض الأطفال التي تعتبر من أهم المراحل التعليمية في حياة الأطفال وإعدادهم للمستقبل، ومساعدتهم في فهم المشاكل التي تعترضهم في أداء مهامهم ومسئولياتهم في مرحلة رياض الأطفال.
- ٤- يعتبر هذا البحث بمثابة دعوة للمسؤولين بوزارة التربية والتعليم للإهتمام بدراسة مشكلات معلمات رياض الأطفال وتحسين مستواهم الاجتماعي والاقتصادي.

مصطلحات البحث:

١) فاعلية الذات Self Efficacy:

تعرف الباحثة فاعلية الذات لدى معلمة رياض الأطفال إجرائياً بأنها: التصورات والمعتقدات والأحكام التي تمتلكها المعلمة حول قدراتها وإمكاناتها فيما يتعلق بالتدريس ومتطلباته وطبيعة الأطفال وسلوكياتهم والقيام بأدوارها ومهامها ورعاية الأطفال وتهذيب سلوكهم ومواجهة الصعوبات وضبط المشاعر في إنجاز المهام والأنشطة المختلفة لتجنب الاحتراق النفسي، وتتحدد أبعادها في (قدر الفاعلية والعمومية والقوة). وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال في مقياس فاعلية الذات المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحثة) .

٢) الاحتراق النفسي Psychological Burnout:

تعرف الباحثة الاحتراق النفسي لدى معلمة رياض الأطفال إجرائياً بأنه: حالة نفسية وانفعالية متطرفة وإجهاد عقلي وجسدي تشعر به المعلمة لعدم قدرتها على التكيف ومواجهة المشكلات، وتفقد الاهتمام بالعمل والشعور بالتوتر والإجهاد أثناء أدائه وتقلل من قدرتها على الإنجاز، وتتحدد أبعاده في (الإجهاد

الانفعالي، وتبذل المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز). ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال في مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحثة).

٣) الدافع للإنجاز Achievement Motivation:

تعرف الباحثة الدافع للإنجاز لدى معلمة رياض الأطفال إجرائياً بأنه: استعداد يصف حالة المعلمة ويوجهها نحو العمل والتدريس ورغبتها في أداء أدوارها ومهامها المطلوبة بنجاح وتحمل المسؤولية ورعاية الأطفال وتهذيبهم، والرغبة في مواجهة الصعوبات والمشكلات واجتياز التحديات التي تعترضها وتحقيق الأهداف والشعور بالهدوء والرضا والراحة النفسية، وتحدد أبعاده في (الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية، والسعي نحو التفوق والتميز، والمثابرة والتحدى). ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال في مقياس الدافع للإنجاز المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحثة).

٤) معلمة رياض الأطفال:

هي المعلمة الملتحقة حالياً بإحدى رياض الأطفال بمدارس مديرية التربية والتعليم بالدقهلية، ويقصد بها في هذا البحث المعلمات اللاتي يعملن في بعض رياض الأطفال بمدارس المنصورة وطلخا الحكومية.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

يشتمل الإطار النظري والدراسات السابقة ثلاث محاور رئيسة هي: فاعلية الذات، والاحتراق

النفسي، ودافعية الإنجاز. وتتناولها الباحثة كما يلي:

أولاً: فاعلية الذات Self-Efficacy:

ويتناول هذا المحور تعريف فاعلية الذات، أبعاد فاعلية الذات، أهمية فاعلية الذات، مصادر فاعلية

الذات، خصائص فاعلية الذات، النظرية المعرفية الاجتماعية كما يلي:

تعريف فاعلية الذات:

الفاعلية الذاتية من مكونات النظرية المعرفية الاجتماعية لـ (Bandura) للتعديل السلوكي، والتي تؤكد أن بإمكان الناس التأثير على الأشياء التي سيفعلونها والبيئة. والفاعلية الذاتية في النظرية المعرفية الاجتماعية هي معتقدات الأفراد في القدرات المهيمنة والخاصة بحالة معينة.

ويعرف Bandura فاعلية الذات بأنها: مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد، والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي الصعاب ومدى مثابرتة لإنجاز المهام المكلف بها (Bandura, 1977, 191-215).

وتعرف العزب (٢٠١٦، ١٥٥) فاعلية الذات أنها "المعتقدات والأحكام التي تمتلكها معلمة رياض الأطفال حول قدراتها وإمكاناتها فيما يتعلق برعاية أطفال الروضة الموهوبين مما يؤدي إلى توظيفها بشكل

يسهم في القيام بدورها تجاههم من حيث اكتشافهم والتعرف عليهم وتوفير المناخ والإمكانات والأنشطة التي تنمي مواهبهم وإبداعاتهم وتشبع احتياجاتهم".

وتعرف دراسة (Çelik & Kahraman, 2018, 2721-2729) فاعلية الذات على أنها: "المعتقدات المتعلقة بقدرات ما يمكن للأفراد تحقيقه أو لا يمكنهم تحقيقه، أو كيفية أدائهم". وتعرف دراسة (Barni; Danioni & Benevene, 2019, 1-7) الفاعلية الذاتية للمعلمين: "بأنها معتقدات المعلمين بقدرتهم على التعامل بفعالية مع المهام والالتزامات والتحديات المتعلقة بنشاطهم المهني، وتلعب دوراً رئيساً في التأثير على المخرجات الأكاديمية المهمة (على سبيل المثال: إنجاز الطلاب وتحفيزهم) والرفاهية في بيئة العمل".

وتشير دراسة (Darling-Hammond, et al, 2022, 1-13) إلى مفهوم فاعلية الذات للمعلم: "بأنها اعتقادات المعلمين في قدراتهم على التخطيط والتنظيم وتنفيذ الأنشطة اللازمة لتحقيق أهداف تعليمية محددة. ويُعدُّ هذا المفهوم مسألة هامة في التعلم الأكاديمي، حيث يشمل كفاءة المعلم في التدريس، وصبره عند مواجهة الصعوبات، وكيفية نظره إلى نفسه كمعلم، وكذلك أداء تلامذته في المدرسة. وفي ضوء التعريفات السابقة تعرف الباحثة فاعلية الذات لدى المعلمة إجرائياً بأنها: "التصورات والمعتقدات والأحكام التي تمتلكها المعلمة حول قدراتها وإمكاناتها فيما يتعلق بالتدريس ومتطلباته وطبيعة الأطفال وسلوكياتهم والقيام بأدوارها ومهامها ورعاية الأطفال وتهذيب سلوكهم ومواجهة الصعوبات وضبط المشاعر في إنجاز المهام والأنشطة المختلفة لتجنب الاحتراق النفسي وتحدد أبعادها في (قدر الفاعلية والعمومية والقوة). وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال في مقياس فاعلية الذات المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحثة)".

أبعاد فاعلية الذات:

تتضح أبعاد فاعلية الذات من خلال ما يلي:

حدد Bandura (1977, 194) ثلاثة أبعاد تتغير فاعلية الذات وفقاً لها وهي:

١- قدر الفاعلية Magnitude:

يتحدد هذا البعد كما يشير "باندورا" من خلال طبيعة صعوبة الموقف، ويتضح هذا القدر بصورة عندما تكون المهام مرتبة من السهل إلى الصعب، والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفاعلية، ويطلق عليه أيضاً مستوى صعوبة المهمة Level of task difficulty ويحدث هذا حين تنخفض درجة الخبرة والمهارة لدى الأفراد، فيعجزون عن مواجهة التحدي.

٢- العمومية Generality:

ويعني هذا البعد قدرة الفرد على أن يعمم قدراته في المواقف المتشابهة، أي انتقال فاعلية الذات من موقف لآخر مشابه، إلا أن درجة العمومية تختلف وتتباين من فرد إلى آخر.

٣- القوة Strength:

ويعني " باندورا" بها الفروق الفردية بين الأفراد في مواجهة المواقف الفاشلة، وما يتبع ذلك من الشعور بالإحباط، ويعزى ذلك إلى أن هذا الاختلاف يعود إلى التفاوت بين الأفراد في فاعلية الذات، فمنهم من تكون لديه فاعلية مرتفعة فيثابر في مواجهة الأداء الضعيف، في حين يعجز الآخر. وتتحدد قوة فاعلية الذات لدى الفرد في ضوء خبراته السابقة ومدى ملاءمتها للموقف.

وفي ضوء ماسبق اعتمدت الباحثة في إعداد مقياس فاعلية الذات في البحث الحالي على هذه الأبعاد الثلاثة وتعريفاتها الإجرائية: قدر الفاعلية، والعمومية، والقوة.

أهمية فاعلية الذات:

يشير (Bandura 1994, 2) إلى أن معتقدات فاعلية الذات تحدد كيف يشعر الناس، وكيف يفكرون وكيف يتصرفون في المواقف ومواجهة الصعوبات والمشكلات. هذه المعتقدات تنتج آثار متنوعة؛ حيث يرى أن الإحساس بفاعلية الذات من طرف الأفراد يؤثر على طريقة التفكير والسلوك من خلال أربعة عوامل داخلية أساسية هي: العوامل المعرفية، وعوامل الدافعية، وعوامل انفعالية، وعوامل ذات الصلة بالاختيار وتعديلهم وضبطهم لبيئتهم.

والأفراد ذو فاعلية ذات عالية تكون لديهم اختيارات كثيرة، بعض هذه الاختيارات تكون لها نتائج جيدة في حياة الفرد خاصة بتعلق هذه الاختيارات بالمجال المهني. كما يشير إلى أن فاعلية الذات هي الآلية المعرفية التي من خلالها تمارس العوامل النفسية والاجتماعية تأثيرها على الممارسة الصحية، وقد تعمل فاعلية الفرد الذاتية على تنظيم كل من نشاطه النفسي والاجتماعي وعاداته الصحية.

ويشير على (٢٠١٦، ١١٩-١٢١) إلى أن الفاعلية أو الكفاءة الذاتية تحدد مستوى دافعية الفرد، ومستوى صحته النفسية، وقدرته على الإنجاز الشخصي، ويؤثر مستوى الكفاءة الذاتية على نوعية النشاطات والمهام التي يختار الفرد تأديتها، وعلى كمية الجهد الذي يبذله لإنجاز مهمة أو نشاط ما، وعلى طول مدة المقاومة التي يبديها الفرد أمام العقبات التي تعترض طريقه ولاسيما أثناء مواجهة الضغوط؛ فالضغوط والصراعات التي يتعرض لها الفرد تدفعه لتغيير سلوكه، فعندما يشعر الفرد بالفاعلية في التعامل مع الموقف الضاغط فإن سلوكه يميل إلى أن يكون محددًا من حيث الهدف والمهمة، بمعنى أن سلوكنا يهدف إلى التعامل مع متطلبات الموقف، أما عندما يهدف الموقف الضاغط إحساسًا بالفاعلية فإن استجاباتنا تميل إلى أن تكون استجابات دفاعية ويكون الهدف لمجرد حماية الذات من انخفاض تقدير الذات والتخلص من التوتر والقلق، وتمثل الفاعلية الذاتية العامل الرئيس في نجاح المتعلم؛ فالمتعلم إذا شعر بفاعلية ذاتية عالية، فإنه من المحتمل أن يبذل الجهد والمثابرة اللازمة لإنجاز وإتقان العمل.

وأكدت دراسة (Maryati & Mustika, 2016,134-137) على أن فاعلية الذات عامل مهم للمعلمات للتغلب على التوتر والضغوط التي تشعر بها بعض المعلمات، ولعبت دوراً هاماً في التعامل مع ضغوط المعلمات وتقليل أعراض الاحتراق التي قد تحدث لمعلمات رياض الأطفال.

كما توصلت دراسة (Çelik & Kahraman,2018 ,2721-2729) إلى أن التصورات العامة للفاعلية الذاتية كان لها آثار سلبية على الاحتراق الوظيفي للمعلمين، وكان لها تأثير إيجابي على الرضا عن الحياة ولكن كان للاحتراق المهني للمعلمين تأثير سلبي على الرضا عن الحياة.

وأشارت دراسة (Barni; Danioni& Benevene,2019,1-7) إلى أن قيم المعلمين كانت ترتبط بشكل إيجابي بالإحساس بالفاعلية الذاتية بغض النظر عن نوع ومستوى الدافع للتدريس. والعلاقة بين الانفتاح على التغيير والفاعلية الذاتية من ناحية، والسمو الذاتي والفاعلية الذاتية من ناحية أخرى تختلف حسب دوافع المعلمين. وكانت هذه العلاقات أقوى عندما واجه المعلمون ضغوطاً أقل وشعروا بأنهم مصممون على التدريس. وأكدت على أهمية ممارسات المعلمين ورفاهيتهم في بيئة العمل.

كما أكدت دراسة (Fathi & Derakhshan, 2019) إلى أن تنمية فاعلية الذات عند المعلم يمكن أن تساعد في الحد من الاحتراق العاطفي وتحسين أدائه في الصف. ويمكن للمعلمين زيادة فاعلية ذاتهم من خلال التركيز على تحسين مهارات التواصل والتفكير الإيجابي والتخطيط وإدارة الوقت. كما يمكن للمعلمين تحسين فاعلية ذاتهم من خلال التفكير بشكل إيجابي حول قدراتهم وإبراز نجاحاتهم، والبحث عن دعم من زملائهم والأصدقاء والأسرة.

وترى الباحثة أن الفاعلية الذاتية لمعلمات رياض الأطفال تسهم في تحديد السلوك الإنساني والمثابرة، ومستويات ردود الأفعال للضغوط النفسية، وضبط الذات، والاختيار المهني ومواجهة الصعاب من أجل الإنجاز.

مصادر فاعلية الذات:

حدد (Bandura, 1997, 38-39) مصادر فاعلية الذات في أربعة مصادر أساسية تؤثر في فاعلية الذات هي:

١. إنجازات الأداء أو خبرات التمكن أو الإجتياز **Mastery experiences**:

وتشير إلى تجارب الفرد وخبراته المباشرة، فالنجاح في مهمة سابقة يولد النجاح في مهمة لاحقة، ويزيد توقعات الفرد في مهمات أخرى لاحقة، فيعد الفرد ما حققه من إنجازات في الأداء أكثر المصادر تأثير في فعالية الذات، لذلك فالأداء الناجح يرفع توقعات الفاعلية الذاتية للفرد، أما الإخفاق في الأداء فيؤدي إلى خفضها، والنجاح في الأداء يرفع فاعلية الذات بما يتوافق مع صعوبة المهمة، والأعمال المطلوب إنجازها من الفرد، فمثلاً إجتياز الفرد لامتحان ذي صعوبة مرتفعة يزيد من فعالية الفرد لذاته، الأمر الذي لا يحدث إذا إجتاز امتحاناً ذا مستوى بسيط.

٢. الخبرات غير المباشرة **Indirect experiences**:

ويقصد بها إمكانية قيام الفرد بأعمال وسلوكيات متعددة عندما يلاحظ أن من يشبهونه قادرون على القيام بها والعكس صحيح، ويصدق هذا الأمر في المواقف التي نعتقد فيها أن لدينا من القدرات نفسها الموجودة لدى الآخرين، ومثال ذلك اعتقاد الطالب بإمكانية حله لمسألة رياضية صعبة عندما يحلها زميله بكل سهولة.

٣. الإقناع اللفظي **Verbal persuasion**:

ويشير الإقناع اللفظي إلى الحديث عن الخبرات المتعلقة بالآخرين، ومواقف مختلفة تعرضوا لها، وتأتي من قبل هؤلاء الأفراد بهدف الإقناع وإكساب الفرد الترغيب في الأداء أو العمل والتأثير على سلوكه أثناء أدائه لمهمة ما، ويعتمد مصدر الإقناع الذاتي على درجة مصداقية الشخص مصدر الإقناع ومدى الثقة به، حتى يكون له تأثير كبير في رفع مستوى فاعلية الذات. وكذلك أن يكون النشاط الذي ينصح الفرد بأدائه في حصيلة الفرد السلوكية على نحو منطقي وواقعي وليس عملاً مستحيل الأداء.

٤. الحالة النفسية والعاطفية **Psychological and emotional states**:

وتشير إلى حالات القلق والضغوط النفسية والاستشارة والإجهاد وما تتركه من أثر في معتقدات فاعلية الذات، وأن الشخص ذا الفاعلية الأعلى يكون أكثر قدرة على التحكم بها، وتظهر الاستشارة الانفعالية بصفة عامة في المواقف الصعبة والتي تتطلب مجهوداً عالياً، وتعتمد على معلومات الفرد فيما يتعلق بالفاعلية الشخصية، وتقويم معلوماته فيما يتعلق بالقدرة على إنجاز المواقف، وقد اعتاد بعض الأفراد على تنفيذ عمل معين في الاستشارة الانفعالية. والفرد الذي يعاني من قلق مرتفع، يغلب أن تكون توقعاته حول فاعلية الذات لديه منخفضة، في حين أن القلق الطبيعي والواقعي يزيد من توقعات فاعلية الذات ويسهم في رفع مستواها لدى الفرد.

كما أشارت دراسة (Çelik & Kahraman, 2018, 2722) إلى أن فاعلية الذات تتكون من أربعة مصادر أساسية هي:

- ١- خبرات التمكن أو الإجتياز: هي الطريقة الأكثر فعالية لخلق شعور قوي بالكفاءة. إن النجاحات والإخفاقات التي يمر بها الناس والظروف التي يمرون بها مؤثرة في تنمية فاعلية الذات.
- ٢- الخبرات غير المباشرة المكتسبة من خلال مراقبة أشخاص آخرين يقومون بمهام مماثلة.
- ٣- الإقناع اللفظي: الثناء والنقد من قبل الأفراد الآخرين في سياق الإقناع اللفظي بمثابة مصدر لفاعلية الذات أيضاً.
- ٤- الحالة النفسية والعاطفية: تعبيرات مثل القلق أو الإثارة، والتي يمكن تفسيرها على أنها علامة على الاكتفاء أو عدم القدرة على التغلب على الأنشطة المعينة، تعمل كمصدر للفاعلية الذاتية. ويؤكد

باندورا أن الأشخاص ذوي الرضا الذاتي المنخفض يميلون إلى الابتعاد عن مواكبة المشاكل والعقبات. والرضا الذاتي كرمز معرفي للمعتقدات الشخصية حول قدرة الأفراد على أداء مهام معينة له تأثير في النجاح والتفائل والتصميم والجهود الأكبر للأفراد في الظروف الصعبة.

خصائص فاعلية الذات:

يذكر باندورا (1997,38) أن هناك خصائص عامة يتميز بها ذوي فاعلية الذات المرتفعة والمنخفضة، وترى نظرية " باندورا " إن فاعلية الذات تركز على كيف يفكر الأشخاص وكيف يشعرون وما هي سلوكياتهم، فالشعور المنخفض بفاعلية الذات يرتبط بالاكتئاب والعجز والقلق وبالتشاؤم حول الأداءات والتطور الشخصي وتقدير منخفض للذات.

حدد (Bandura, 1994,2) خصائص فاعلية الذات المرتفعة الذين لديهم إيمان قوي بقدراتهم كما يلي:

- ١- يتميزون بمستوى عال من الثقة بالنفس.
- ٢- لديهم قدر عالي من تحمل المسؤولية.
- ٣- يستعيدون سريعاً شعورهم بفاعلية الذات في حالات الفشل.
- ٤- يواجهون المواقف المهددة بفاعلية تضمن لهم التحكم في أنفسهم وانفعالاتهم.
- ٥- يتمتعون بمثابرة عالية في مواجهة العقبات التي تقابلهم.
- ٦- زيادة إنجازاتهم وأداءتهم الشخصية، وقلة حالات القلق والضغط والتعرض للاكتئاب.
- ٧- يتصفون بالتفائل.
- ٨- القدرة على التخطيط للمستقبل.
- ٩- يركزون على الأهداف بطموح.

كما حدد (Bandura, 1994, 2) خصائص ذوي فاعلية الذات المنخفضة الذين يشكون في قدراتهم كما يلي:

- ١- يركزون على النتائج الفاشلة.
- ٢- أفكار متشائمة وتجدهم يشكون في قدراتهم أمام المهام الصعبة.
- ٣- طموح ضعيف وعدم الالتزام.
- ٤- يستسلمون بسرعة.
- ٥- يركزون على الصعوبات وعلى الموانع التي سيواجهونها أكثر من تركيزهم على النجاح، مما يجعلهم ينسحبون من مواجهة هذه الصعاب.
- ٦- عرضة لحالات الاكتئاب والضغط والقلق.

النظرية المعرفية الاجتماعية والفاعلية الذاتية:

تعتبر الفاعلية الذاتية من المكونات المهمة للنظرية المعرفية الاجتماعية لـ "باندورا" Bandura والتي افترضت أن سلوك الفرد والبيئة والعوامل الاجتماعية تتداخل بدرجة كبيرة، فالسلوك الإنساني في ضوء نظرية باندورا يتحدد تبادلياً بتفاعل ثلاثة مؤثرات هي: العوامل الذاتية أو الشخصية Personal، والعوامل السلوكية Behavioral، والعوامل البيئية Environmental، وأطلق على هذه المؤثرات نموذج الحتمية التبادلية للفاعلية الذاتية.

وقدم "Bandura" نظرية متكاملة للفاعلية الذاتية مؤكداً أنها نتاج لعشرين عاماً من البحث السيكولوجي من عام ١٩٧٧ إلى عام ١٩٩٧، وعبر عن فاعلية الذات: بأنها قوة مهمة تفسر الدوافع الكامنة لأداء الأفراد في المجالات المختلفة، وإن إدراك الفرد للفاعلية الذاتية يسهم في فهم وتحديد أسباب المدى المتنوع من السلوك الفردي والمتضمنة في التغيرات وفي سلوك المثابرة الناتج عن حالات الأفراد المختلفة، ومستويات ردود الأفعال للضغوط النفسية والانفعالية، وضبط الذات، والمثابرة من أجل الإنجاز، ونمو الاهتمامات في مجالات خاصة، والاختيار المهني (Bandura, 1997, 25).

وأشار (Bandura, 1986) لنظريته المعرفية الاجتماعية للتغيير السلوكي التي اشتقت من نظرية التعلم الاجتماعي في كتابه: "Social Foundation of thought and action: A social cognitive theory"؛ وأضاف مكون فاعلية الذات لنظرية التعلم الاجتماعي (SLT) وطورها وتوصل لنظريته المعرفية الاجتماعية (SCT)؛ حيث وضع "باندورا" أسس وتطوير وإثراء النظرية المعرفية الاجتماعية، ويفترض مضمون هذه النظرية أن التعلم الإنساني معرفي والتأكيد على المصادر الاجتماعية للتفكير ويظهر ذلك من خلال تعريف قاموس الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) للنظرية المعرفية الاجتماعية على أنها: الإطار الذي من خلاله تفسر الشخصية على أساس المحتوى المعرفي والوظائف المكتسبة من خلال التفاعل مع المحيط الاجتماعي والثقافي.

وهي امتداد لنظرية التعلم الاجتماعي لتشمل تأثير العمليات المعرفية (مثل: التصورات، والأحكام، والدافعية)، على سلوك الفرد وعلى البيئة التي تؤثر عليه أو يؤثر عليها. بالإضافة إلى الاستيعاب السلبي للمعرفة من المدخلات البيئية، يؤثر الأفراد بنشاط على تعلمهم من خلال تفسير نتائج أفعالهم، والتي تؤثر بعد ذلك على بيئاتهم وعواملهم الشخصية، والتي بدورها تُشكل وتغير السلوك اللاحق. وبالتالي فإن التأكيد على هذا التفاعل بين العوامل السلوكية والبيئية والشخصية هو السمة الرئيسية المميزة للنظرية.

وقد اقترح أشخاص آخرون وجهات نظر معرفية -اجتماعية مختلفة، لكن لا يزال المنظور الذي قدمته ألبرت باندورا في عام ١٩٨٦ هو الأبرز وتم تطبيقه على مجموعة واسعة من الموضوعات

(على سبيل المثال: تنمية الشخصية وعملها، وفهم وعلاج الاضطرابات النفسية، وبرامج التدريب المؤسسي والتعليم، واستراتيجيات الترويج الصحي والإعلان والتسويق). ويعتبر أحد التصورات المركزية لنظرية باندورا المعرفية الاجتماعية هو أن الأفراد يسعون إلى تطوير الشعور بالقوة وممارسة السيطرة على الأحداث المهمة في حياتهم، وهو شعور يتأثر بعوامل مثل: فاعليتهم الذاتية، وتوقعات النتائج، والأهداف، والتقييم الذاتي. وعلى الرغم من التمييز بين النظرية المعرفية الاجتماعية ونظرية التعلم الاجتماعي إلا أن بعض الأفراد يستخدم المصطلحات بشكل مترادف وتسمى أيضاً نظرية التعلم المعرفي الاجتماعي.

مما سبق تستنتج الباحثة أن للفاعلية الذاتية الدور الأكبر في تزويد معلمات رياض الأطفال بالقدرة على تقبل ما يحمله الواقع المهني والتدريسي من أحداث ذات طابع مهدد لاستقرارها وراحتها وحياتها الشخصية والاجتماعية، فالفاعلية الذاتية تعمل كمصدر يمد المعلمة بالقدرة على الاستفادة الكاملة من قدراتها وإمكاناتها النفسية والعقلية والجسدية لتتمكن من الوصول إلى الطريقة المناسبة والمواجهة الفعالة والواقعية لما يصادفها من أحداث أو مشاكل وصعوبات وتجنب القلق، ومواجهة الضغوط وعدم تحولها إلى الاحتراق النفسي، وبالتالي تستطيع الوصول إلى درجة جيدة من التكيف وتحسين نموها واستقرارها النفسي والانفعالي والجسمي.

ثانياً: الاحتراق النفسي Psychological Burnout:

يشتمل هذا المحور على: تعريف الاحتراق النفسي، أبعاد الاحتراق النفسي، علاقة الاحتراق بالضغط، أسباب الاحتراق النفسي للمعلمة، مظاهر الاحتراق النفسي، مصادر الاحتراق النفسي، آثار الاحتراق النفسي على المعلمة، النظريات المفسرة للاحتراق النفسي كما يلي:

تعريف الاحتراق النفسي:

يعتبر الاحتراق النفسي من الموضوعات التي ظهرت في مجال علم النفس في الفترة الأخيرة، واهتمت بها بعض الدراسات لما لها من آثار سلبية على الفرد والأسرة والمعلمين وتتعدى قدراتهم وإنجازاتهم ولا يتواصلون بفاعلية (Egyed & Short, 2006, 462).

يعرف (Maslach & Jackson, 1981, 99) الاحتراق النفسي بأنه مجموعة من الضغوط العقلية، والتنبيه العاطفي، والحساسية الشخصية، والشعور بعدم الرضا تجاه الإنجازات الشخصية والأداء.

ويعرفه (Maslach, 1982) بأنه "حالة من الإنهاك الجسدي والانفعالي والعقلي تظهر على شكل إعياء شديد وشعور بعدم الجدوى وفقدان الأمل وتطور مفهوم ذات سلبي واتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس".

ويعرف (Seidman & Zager (1986,26) الاحتراق النفسي إجرائياً بأنه نمط سلبي من الاستجابات للأحداث التدريسية الضاغطة، وللتلاميذ، وللتدريس كمهنة، بالإضافة إلى إدراك أن هناك نقصاً في المساندة والتأييد من قبل إدارة المدرسة.

ويعرف (Maslach; Jackson & Leiter (1996) الاحتراق النفسي " بأنه متلازمة أو حالة نفسية تتصف بالإجهاد العاطفي وتبدل المشاعر وعدم الكفاءة الشخصية " .

ويعرف الحربي؛ والمطيري؛ والعجمي (٢٠١٥، ٩٢) الاحتراق النفسي بأنه " حالة نفسية داخلية يشعر بها المعلم نتيجة لضغوط العمل والأعباء الزائدة الملقاة على عاتقه النفسي، أي استجابة المعلم للتوتر ويتضمن الشعور بالإجهاد الانفعالي وتبدل الشعور ونقص الشعور بالإنجاز، ويتم قياسها وتقييمها من خلال استجابة المعلم أو المعلمة التي يحصل عليها على مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في الدراسة".

ويعرف (Galletta et al (2016,59) الاحتراق النفسي بأنه: "رد فعل سلبي للضغوط المهنية المستمرة، حيث يوجد عدم توافق بين احتياجات الفرد وقيمه وأدائه الوظيفي".

وفي ضوء التعريفات السابقة تعرف الباحثة الاحتراق النفسي لدى معلمة رياض الأطفال إجرائياً بأنه: حالة نفسية وانفعالية متطرفة وإجهاد عقلي وجسدي تشعر به المعلمة لعدم قدرتها على التكيف ومواجهة المشكلات، وتفقد الاهتمام بالعمل والشعور بالتوتر والإجهاد أثناء أدائه وتقل من قدرتها على الإنجاز. وتحدد أبعاده في (الإجهاد الانفعالي، وتبدل المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز). ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال في مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحثة).

أبعاد الاحتراق النفسي:

تشير الكتابات والدراسات مثل: دراسة Maslach & Jackson, 1984؛ ودراسة Maslach; Jackson & Leiter, 1996؛ ودراسة Maslach, 2003؛ ودراسة الظفري، ٢٠١٦؛ ودراسة (Al-Adwan & Al-Khayat, 2017, 197-195)

إلى أن الاحتراق النفسي يتكون من ثلاثة أبعاد هي:

١- الإجهاد الانفعالي Emotional Exhaustion:

هو استنزاف المعلمين لطاقتهم البدنية والنفسية، وفقدانهم لحيويتهم ونشاطهم الذي كانوا يتمتعون به في الماضي.

٢- تبدل المشاعر Depersonalization:

هو حالة المعلمين الذين تتولد لديهم مواقف سلبية وساخرة وتهكمية تجاه الأطفال والزملاء.

٣- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي Reduced Personal Accomplishment:

يشير إلى تقييم المعلمين لأنفسهم بطريقة سلبية وأنهم غير قادرين على الإنجاز والقيام بواجباتهم بالمستوى المطلوب.

وفي ضوء ماسبق اعتمدت الباحثة في إعداد مقياس الاحتراق النفسي في البحث الحالي على هذه الأبعاد الثلاثة وتعريفاتها الإجرائية: الإجهاد الانفعالي، وتبدد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي.

علاقة الاحتراق النفسي بالضغط النفسية:

تعود البدايات المبكرة لمصطلح الاحتراق النفسي Burnout إلى العالم هيربرت فرويد نبرجر (1974) Freudenberger وذلك من خلال دراساته عن الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها المشتغلون بقطاع الخدمات، حيث عرفه بأنه "حالة من الاستنزاف الانفعالي والاستنفاد البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، إضافة إلى عدم القدرة على الوفاء بمتطلبات المهنة (Bilge, 2006).

تعتبر ظاهرة الاحتراق النفسي من المشاكل الرئيسية التي تعاني منها معلمات رياض الأطفال أثناء أدائهن للواجبات والمسئوليات المهنية؛ مما قد يكون له الأثر السلبي على حياتهم النفسية والاجتماعية والأكاديمية، واستمرار الضغوط وعدم التصدي لها ومواجهتها والتكيف معها يؤدي إلى الإجهاد الانفعالي وتبدد المشاعر وضعف الإنجاز وهي ما تعرف بأبعاد الاحتراق النفسي.

ويوضح الحربي؛ والمطيري؛ والعجمي (٢٠١٥، ٩٥) العلاقة بين الاحتراق النفسي والضغط النفسي بأن كلاهما يعبر عن حالة من الإجهاد أو الإنهاك النفسي والبدني، لكن يختلف الاحتراق عن الضغط، فغالبا ما يكون الضغط النفسي مؤقتاً، ويشعر كما لو كان محترقاً نفسياً، لكن بمجرد التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الشعور. فقد يكون الضغط داخلياً أو خارجياً، وقد يكون طويلاً أو قصيراً، وإذا طال هذا الضغط فإنه يستهلك الفرد، ويؤدي إلى انهيار في أداء وظائفه". أما الاحتراق النفسي فهو عرض طويل المدى يرتبط حدوثه بالضغوط النفسية، وبمصادر وعوامل أخرى، وبذلك فإن الضغط النفسي إذا استمر ولم يستطع الفرد التغلب عليه يكون سبباً في الاحتراق النفسي.

أسباب الاحتراق النفسي للمعلمة:

توجد عدة أسباب للاحتراق النفسي للمعلمات ويمكن اعتبار ضغوط العمل سبباً حيوياً للاحتراق النفسي لكنه ليس هو السبب الوحيد (Burisch, 2006).

ويمكن توضيحها فيما يلي:

أولاً: أسباب الضغوط التي ترجع إلى العمل: بعض الوظائف بطبيعتها تتضمن ضغوطاً عالية مثل: الجراحين، ومهنة التدريس، ورجال الإطفاء، في حين أن وظائف أخرى مثل وظائف المحاسبين وخبراء التأمين أقل ضغوطاً. وقد أجري مسح تضمن مئات من الوظائف، وتم المقارنة فيما بينها من حيث الضغوط الواقعة على العاملين فيها في ضوء عدة معايير تشمل: الوقت الإضافي، وحصص العمل، وضغط الوقت، والمتطلبات البدنية، الأحوال البيئية والمخاطر، مقدار المبادأة المطلوبة ومواقف الكسب والخسارة، والعمل في أعين الناس، (الفرح، ٢٠٠١؛ المشيخي، ٢٠١٣)، (Steiner, 2016; Zakaria & Hamzah, 2021) ويمكن إرجاع ذلك لما يلي:

١. صراع الدور: ويحدث هذا الصراع بين متطلبات دور الفرد في العمل، ودوره في غير العمل مثل واجباته الأسرية، والتحاق الزوجين للعمل طوال الوقت يخلق نوعاً من التعارض بين متطلبات العمل ومتطلبات الحياة الأسرية بالطبع تتعارض مع متطلبات الرؤساء والزملاء في العمل، وهذا النوع من صراع الدور يؤدي لتزايد الضغوط الواقعة على الفرد بسبب العمل.
 ٢. غموض الدور: يحدث ذلك حينما لا يعلم الفرد طبيعة المهام المطلوبة منه بدقة للقيام بعمله وغموض الدور أمر شائع، ولا يمكن تجنبه في كثير من الحالات.
 ٣. زيادة المسؤولية: فتحميل الفرد بأعباء فوق طاقته وزيادتها كميّاً أو نوعياً. ومن مصادر الضغوط أيضاً تحميل الفرد بأقل من إمكاناته وقدراته، لأن ذلك يعني استهانة بقدراته وإمكاناته.
 ٤. نقص الدعم الاجتماعي: ومن هنا تأتي أهمية العلاقة الإنسانية بين المدير ومرؤوسيه، وجو الصداقة بين الزملاء في العمل، لأن ذلك يخفف الضغوط التي قد يواجهها الفرد.
- ثانياً: أسباب الضغوط من خارج العمل مثل: ضغوط الحياة وتأتي في مقدمتها مشاكل الأسرة، والظروف الاقتصادية السائدة والتغيرات الاجتماعية، الكوارث الطبيعية والأمراض.
- وأجريت العديد من الدراسات لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال والمعلمين في المراحل الدراسية الأخرى وأسبابه وعلاقته بالضغوط وبعض المتغيرات؛ ومن هذه الدراسات:

دراسة التجاني (٢٠١٤، ١٦٢-١٧٠) التي هدفت إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلّمي المرحلة الابتدائية بولاية الأغواط في الجزائر في ضوء متغيري الجنس والخبرة المهنية. وقد توصلت النتائج إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلّمي المرحلة الابتدائية بولاية الأغواط وصل إلى درجة المتوسط من خلال اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي "بأبعاده الثلاثة: الاستفاد الانفعالي-التبدل في المشاعر-نقص الإنجاز الشخصي. كما أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي راجع إلى متغير الجنس، إذ كانت الإناث أكثر احتراقاً من الذكور، أما فيما يخص متغير الخبرة، فأظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.

كما أوضحت نتائج دراسة (Steiner 2016) أن عوامل ضغوط العمل تفسر نسبة كبيرة من الإجهاد العاطفي ونسبة منخفضة من تبلد المشاعر والإنجاز الشخصي. والمعلمون الذين يواجهون ضغوطاً متزايدة يشعرون بمستوى أعلى من الإجهاد العاطفي ومستويات أعلى من تبلد المشاعر وانخفاض مستويات الإنجاز الشخصي. ولم تكن المؤشرات الخاصة بأبعاد الاحتراق الثلاثة هي نفسها ترتبط ببعض متطلبات العمل التي يواجهها المعلمون على أساس يومي بتجربة أكبر من الإجهاد العاطفي وتبلد المشاعر، في حين ترتبط جوانب معينة من التحكم والدعم الاجتماعي في مكان العمل وبيئة العمل المادية للمعلمين بتجربة أكبر لنزع الشخصية وانخفاض في الإنجاز الشخصي.

بينما هدفت دراسة (Al-Adwan & Al-Khayat, 2017, 179-195) إلى تحديد مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات؛ وهذه المتغيرات تشمل نوع مدرسة رياض الأطفال، والتخصص الأكاديمي، والعمر، والحالة الاجتماعية. وأظهرت النتائج أن ضغوط العمل، وقلة الدخل، وعلاقة الإدارة مع الوالدين تعتبر من الأسباب الرئيسية للاحتراق النفسي، ولا توجد فروق ترجع إلى التخصص الأكاديمي والعمر. وأوصى الباحثان بإجراء مزيد من الدراسات من أجل تقليل الأسباب المؤدية إلى الاحتراق النفسي بين المعلمين بشكل عام. ويشير إلى أن العاملين والمعلمين في مؤسسات رياض الأطفال يعتبروا من أكثر الفئات عرضة للاحتراق النفسي، لأن معظم العوامل التي تؤدي للاحتراق النفسي موجودة في عملية التدريس بصفة عامة والتدريس في رياض الأطفال بصفة خاصة.

بينما هدفت دراسة عبد البصير؛ بديوي؛ عبد الحميد (٢٠٢٠) إلى التعرف على مستوى (مدى انتشار) الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وكذلك الكشف عن الفروق في الاحتراق النفسي لديهن على مقياس الاحتراق النفسي إعداد ماسلاش في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (الحالة الاجتماعية، الخبرة التدريسية، والعمر الزمني)، وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المعلمات المتزوجات وغير المتزوجات في الاحتراق النفسي، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المعلمات في الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وبعدي (الانهك العاطفي - نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، وأشارت النتائج أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المعلمات في بعد تبلد المشاعر تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الإجهاد العاطفي - تبلد المشاعر - نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى للعمر الزمني (٢٤ سنة فأقل، ٢٥ إلى ٣٤ سنة، ٣٥ سنة فأكثر).

كما أظهرت نتائج دراسة (Zakaria & Hamzah, 2021) أن ضغوط العمل والفاعلية الذاتية كان لهما مساهمة كبيرة في الاحتراق لدى معلمي المرحلة الثانوية. وبالتالي، فقد ثبت أن كلا المتغيرين اللذين تم قياسهما يمكن أن يؤثر كل منهما على الاحتراق بين المعلمين.

مظاهر الاحتراق النفسي:

هناك مجموعة من المظاهر الدالة على وجود الاحتراق النفسي لدى المعلمين والتي تتضمن أربعة مجالات هي: المظاهر الفسيولوجية والبدنية، والمعرفية، والنفسية الاجتماعية، والسلوكية كما يلي:
أولاً: المظاهر الفسيولوجية والبدنية: تشمل العلامات التي تظهر على البدن والتي تتمثل فيما يلي (Melamed et al, 2006; Sonnenschein et al, 2007):

- ضعف الحيوية، وقلة النشاط
- الصداع المستمر والاضطرابات المعوية، والأرق وضيق التنفس.
- أمراض القلب والقولون العصبي وضغط الدم.
- اضطرابات الهضم والأكل والإمساك.
- اضطرابات النوم.

ثانياً: المظاهر المعرفية:

وتشمل ما يلي (Jackson et al, 1986؛ Linden, et. al, 2005؛ العنزي والمشعان، ٢٠٠٦)

- البلادة الفكرية، وفقدان القدرة على الابتكار.
- التشتت الإدراكي والشرود الذهني.
- قلة المقدره على الانتباه والتركيز لفترة طويلة.
- عدم القدرة على مواجهة المشكلات بكفاءة.

ثالثاً: المظاهر النفسية الاجتماعية، ومن أهم هذه المظاهر (Jackson et al. 1986):

- الإحباط والقلق أمام الأزمات، وكثرة الغضب.
- عدم الرضا الوظيفي.
- انخفاض تقدير الذات والسخط على الذات والآخرين.
- سرعة البكاء والانفعال الزائد.
- فقدان الاهتمام بالآخرين، والكآبة.
- البلادة العاطفية والإجهاد الانفعالي.

- التشاؤم، وضعف القدرة على التحمل.
- عدم الإحساس بالمسؤولية.
- رابعا: المظاهر السلوكية، ومنها: (Grossi et al, 2003؛ الخرابشة، وعريبات، ٢٠٠٥؛ Martinussen et al, 2007; Raggio & Malacarne, 2007)
- التغيب الطويل عن العمل، والتقاعد المبكر.
- النقد الدائم والسخرية من الآخرين.
- النظرة السلبية للطلاب، وعدم الالتزام بالعمل.
- العدوانية، وفقدان الهوية الشخصية.
- أداء العمل بطريقة روتينية، ومقاومة التطوير.
- الاتكالية، والاعتداء على حقوق الآخرين.
- انتظار أيام العطلات والإجازات ليبتعد عن عمله.
- الانسحاب من الحياة العائلية، وتجنب الأصدقاء.
- تدني القدرة على الإنجاز، وعدم الاهتمام بالتحضير.
- نقص دافعية الأداء والإنجاز، والتخلي عن المثاليات، وزيادة سلبية الفرد.
- عدم الرغبة في التدريس، والاكتماء بالطرق القديمة.
- زيادة العنف لدى الأزواج، وحدوث الخلافات الزوجية.

مصادر الاحتراق النفسي:

اطلعت الباحثة على الأدبيات والبحوث والدراسات السابقة (العرايضة، ٢٠١٦، ٢٠١٤)؛ (Yener & Coşkun, 2013; Otto, et al, 2021). المتعلقة بمصادر الاحتراق النفسي وتوصلت إلى تصنيفها في أربع مجموعات هي:

١- مصادر ذاتية تتعلق بالمعلمة نفسها: تتمثل في قدرات وإمكانات وسمات المعلمة ومعتقداتها عن فاعلية الذات وأيضا مستوى دافعية المعلمة. ومدى رضاها عن مهنتها وتوقعاتها من المهنة، وتحميل المعلمة نفسها مسؤوليات تفوق قدراتها، والكفاح من أجل نشر الأبحاث العلمية، والاشتراك في لجان مختلفة ومتعددة تتطلب العمل والنشاط في نفس اليوم الذي تقوم فيه المعلمة بأداء وظيفتها، والمشكلات الشخصية.

٢- مصادر متعلقة بعلاقة المعلمة مع الآخرين: علاقة المعلمة مع الرؤساء والزملاء والمجتمع المحلي وأولياء أمور الأطفال، وخصائص الأطفال وطبيعتهم.

٣- مصادر تتعلق بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي للمعلمة: تدني الراتب، وعدم توفير الدعم المادي الكافي من أجل القيام بالأبحاث، وعدم اعتماد نظام الحوافز المادية والتشجيعية من الجهات المسؤولة، وظروف مستوى الأسرة.

٤- مصادر تتعلق بظروف ومناخ العمل في رياض الأطفال والمدارس: العبء الوظيفي الزائد عن طاقة الشخص، وغموض وصراع الدور، وتعارض الواجبات الوظيفية مع نشاطاتها الشخصية، وكثرة الواجبات والمسئوليات المهنية، وعدم توفر الوقت الكافي للحاق بركب التطور العلمي، وعدم توفر المكان المناسب والملائم لأداء العمل، وتعارض المبادئ التي تتبناها المدرسة مع مبادئ الفرد وفلسفته.

وفي ضوء ما سبق تصنف الباحثة مصادر الاحتراق النفسي للمعلمات إلى: مجال العمل، ومجال المنزل والأسرة، ومجال الصفات الشخصية للمعلمة.
آثار الاحتراق النفسي على معلمات رياض الأطفال:

يؤثر الاحتراق النفسي على المعلمة بشكل سلبي، حيث تشعر بالإرهاق النفسي والجسدي وفقدان الحافز والطاقة، مما يؤثر على أدائها في الصف وعلاقتها بالأطفال. كما أنه يمكن أن يؤدي إلى تدهور صحة المعلمة وزيادة نسبة الغياب عن العمل. وتشير الدراسات إلى أن هذه المشكلة تزداد في بعض المجتمعات التي تواجه ضغوطاً اجتماعية واقتصادية كبيرة (Maroco., & Campos.,2012; Vizoso, Arias-Gundín, & Rodríguez,2019).

كما يعتبر الاحتراق النفسي حالة تؤثر على مستوى إنجاز الفرد في العمل وتؤدي إلى التعب والإجهاد. وتبعاً لذلك ينتج الشعور غير اللائق بالعمل والعبثية (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001) ويقدم المعلم الخدمات الإنسانية والتعليمية للطلاب ومتطلبات التدريس وهي من المهن الأساسية التي قد تؤدي إلى الاحتراق النفسي على وجه الخصوص لمعلمات رياض الأطفال (Maslach et al., 1996; Richardson & Watt, 2006).

كما يسبب هذا الاحتراق النفسي للمعلمات وجود مشاكل في النوم، والقلق، والاكتئاب، والتعب، وتبدد الشخصية، والسخرية، والتبذل العاطفي، والإهمال، والغياب، والإحباط، والفشل (Al-Adwan & Al-Khayat, 2017, 181).

النظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

- يمكن توضيح النظريات المفسرة للاحتراق النفسي (العرايضة، ٢٠١٦، ٢٠٧-٢٠٨) كما يلي:
- ١) النظرية السلوكية: تنظر إلى السلوك على أنه نتاج الظروف الفيزيائية والبيئية، ولهذا ترى أن الاحتراق النفسي هو نتيجة لعوامل بيئية، وإذا تم ضبط تلك العوامل فإنه من السهولة التحكم في الاحتراق النفسي، وهذا تؤمن به الكثير من النظريات والدراسات العلمية حالياً في أهمية وضرورة تعديل السلوك لتحقيق درجة عالية من الأداء والإنجاز.
 - ٢) النموذج البيئي: يهتم علم النفس البيئي بدراسة العلاقات بين الكائنات الحية والظروف المحيطة والأنظمة البيئية. ولفهم أسباب وطبيعة ظاهرة الاحتراق النفسي ندرس الشخص وظروفه البيئية (العمل، الأسرة) والعلاقات بينها وتأثير كل منها على الآخر. ويحدث الاحتراق النفسي للمعلم عندما لا يستطيع المعلم مواجهة الضغوط والتكيف معها ويسبب الإجهاد النفسي والانفعالي والبدني.
 - ٣) النموذج المعرفي: يرى أن سلوك الفرد يرجع إلى مصدر داخلي معرفي (العمليات العقلية).
 - ٤) نظرية التحليل النفسي: تفسر نظرية فرويد سلوك الفرد على أن قوى داخلية تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الأنا والأنا الأعلى.

ثالثاً: الدافع للإنجاز Achievement Motivation :

تتناول الباحثة تعريف الدافع للإنجاز، وأبعاده، وأهميته، وخصائص الأشخاص ذوي الاحتياجات العالية للإنجاز، ومكونات الدافع للإنجاز ومصادره، وعلاقته بفاعلية الذات وبعض المتغيرات الأخرى كما يلي:

تعريف الدافع للإنجاز:

الدافع هو قوة بيولوجية ونفسية داخل الفرد تحثه على القيام بشايط معين وتستمر في دفع الفرد وتحفيزه وتنشيطه وتوجيه سلوكه لإشباع رغبة أو حاجة محددة أو إرضائها.

ويعرف أبو جادو (٢٠١١، ٢٩٢) الدافعية بأنها "الحالات الداخلية أو الخارجية التي تحرك سلوك الطالب وتوجهه نحو تحقيق هدف أو غرض معين، وتحافظ على استمراريته حتى تحقق الهدف".

ووضع David McClelland في كتابه "The Achieving Society" عام ١٩٦١ نظريته للحاجات أو الدوافع على أساس نظرية الحاجات لماسلو (١٩٤٠م Abraham Maslow, 1940)، وحدد McClelland's في نظريته الدوافع الإنسانية ثلاثة دوافع أو محفزات ويعتقد أننا جميعاً نحتاج أن نمتلكها: الحاجة إلى الإنجاز a need for achievement، والحاجة إلى الانتماء a need for affiliation، والحاجة إلى القوة a need for power. وسيكون للناس خصائص مختلفة اعتماداً على دافعهم المهيمن.

والدافع للإنجاز هو مصطلح في علم النفس الاجتماعي يصف الأفراد عندما يكونوا مدفوعين أو ملهمين أو محفزين بالنجاحات أو الإنجازات. ويقود دافع الإنجاز-في مكان العمل-بعض الأشخاص إلى أن يكونوا من أصحاب الأداء العالي الذين يرغبون في النجاح ويخشون الفشل.

وهو يصف حالة المعلمين المدفوعين أو الملهمين أو المحفزين بالنجاحات أو الإنجازات في مكان العمل، ويقودهم إلى أن يكونوا من أصحاب الأداء العالي الذين يرغبون في النجاح ويخشون الفشل. ويرجع استخدام مصطلح الدافع للإنجاز في علم النفس من الناحية التاريخية إلى ألفرد أدلر (A.Adler) الذي أشار إلى أن الحاجة إلى الإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة. وكذلك إلى كيريت ليفن (K. Levinne) الذي عرض هذا المصطلح في ضوء تناوله لمفهوم الطموح، وعلى الرغم من هذه البدايات المبكرة، فإن الفضل يرجع للعالم الأمريكي موراي (Murray) في أنه أول من قدم مفهوم الحاجة إلى الإنجاز (عبد الخالق، ٢٠٠٠، ١٦٩).

ويقصد بالدافع للإنجاز أنه الرغبة في الأداء الجيد وتحقيق النجاح، وهو هدف ذاتي ينشط السلوك ويوجهه، ويعد من المكونات المهمة للنجاح (موسى، ٢٠٠٣، ٥).

كما تعرف دافعية الإنجاز بأنها استعداد الفرد لتحمل المسؤولية والسعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة، والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي تواجهه والشعور بأهمية الزمن والتخطيط للمستقبل (خليفة، ٢٠٠٦، ٩٦).

كذلك يشير مصطلح دافعية الإنجاز إلى الرغبة في النجاح والفوز، وتحقيق سبق على الآخرين، وإتمام الأعمال على وجه مُرضٍ في الوقت المحدد، بحيث تعود الأعمال على الفرد بشعور الرضا عن الذات وتزيد ثقته في نفسه (المزروع، ٢٠٠٧، ٧٧).

ويعرف السيد؛ والحربي (٢٠١٤، ١٦٤) دافعية الإنجاز " بأنها استعداد الفرد وتوجهه نحو العمل وتحمل المسؤولية، ومحاولة إتمام الأعمال على وجه مُرضٍ في الوقت المحدد، والمثابرة من أجل تحقيق الهدف المنشود والتغلب على العقبات والمشكلات التي تحول بينه وبين تحقيق ذلك الهدف؛ بما يعود على الفرد بالشعور بالرضا عن الذات وزيادة ثقته في نفسه " .

كما عرف (Benawa,2018) الدافع للإنجاز بأنه الشغف الذي يأتي من داخل الفرد نفسه للتجاوز، والحصول على أداء أفضل، ومحاولة تحقيق النجاح في الأنشطة التي تم التعبير عنها من خلال قبول المهمة بمستوى من الصعوبة المتوسطة، تتطلب ردود فعل، التوجه نحو التميز، حساس للمشكلة، القدرة على المنافسة، محاولة القيام بشيء إبداعي، العزم على الحصول على شيء ما، العمل الجاد.

وتعرف الجمعية الأمريكية لعلم النفس دافع الإنجاز بأنه:

- الرغبة في الأداء الجيد والنجاح وغالبًا يستخدم المصطلح بشكل مترادف مع الحاجة إلى الإنجاز.

– الرغبة في تخطي العقبات واجتياز التحديات الصعبة ومن المرجح أن يضع أصحاب الدرجات العالية في دافع الإنجاز معايير أعلى ويعملون بمثابرة أكبر من أصحاب الدرجات المنخفضة الموهوبين. وفي ضوء التعريفات السابقة تعرف الباحثة الدافع للإنجاز لدى معلمة رياض الأطفال إجرائياً بأنه: استعداد يصف حالة المعلمة ويوجهها نحو العمل والتدريس ورغبتها في أداء أدوارها ومهامها المطلوبة بنجاح وتحمل المسؤولية ورعاية الأطفال وتهذيبهم، والرغبة في مواجهة الصعوبات والمشكلات واجتياز التحديات التي تعترضها وتحقيق الأهداف والشعور بالهدوء والرضا والراحة النفسية وتحدد أبعاده في (الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية، والسعي نحو التفوق والتميز، والمثابرة والتحدي). ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال في مقياس الدافع للإنجاز المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحثة).
أبعاد دافعية الإنجاز:

يشير (الشوكانى، ٢٠٠٣) إلى أبعاد دافعية الإنجاز كما يلي:

- البعد الشخصي: ويتمثل في محاولة المعلم تحقيق ذاته من خلال الإنجاز وأن دافعيته لذلك ذاتية حيث يرى أن في الإنجاز متعة.
 - البعد الاجتماعي: وهو الاهتمام بالتفوق والمنافسة مع المشاركين، والميل إلى العمل والتعاون مع الآخرين لتحقيق هدف مهم.
 - بعد الدرجة العالية للإنجاز: وهو أن صاحب الإنجاز العالي يهدف إلى تحقيق الدرجة العالية في كل ما يقوم به من أعمال.
- ويحددها خليفة (٢٠٠٦) في خمسة أبعاد هي: الشعور بالمسؤولية، والسعي نحو التفوق والطموح، والمثابرة، والشعور بأهمية الزمن، والتخطيط للمستقبل.
- وتحدد العازمي (٢٠١٣، ٢٣٥) أبعاد دافعية الإنجاز في خمسة أبعاد هي: التحدي، الالتزام وتحمل المسؤولية، الرغبة في النجاح والتفوق، حب الاستطلاع، الاستقلال والاعتماد على النفس.
- بينما يحدد عثمان؛ وصبحي؛ وشاهين (٢٠١٤، ٥٧-٥٨) أبعاد دافعية الإنجاز في أربعة أبعاد هي: تحديد الهدف، ومستوى الطموح، والمثابرة، والكفاءة المدركة.
- وفي ضوء ماسبق حددت الباحثة أبعاد دافعية الإنجاز في إعداد مقياس دافعية الإنجاز في البحث الحالي في ثلاثة أبعاد وتعريفاتها الإجرائية:
- ١- **الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية:** هو حرص المعلمة على القيام بأعمالها على أكمل وجه وتحقيق الأهداف كاملة وسعيها لمعرفة الجديد في مجال عملها.
 - ٢- **السعي نحو التفوق والتميز:** هو حرص المعلمة لتحقيق التميز في تعليم الأطفال وأن تكون معلمة متميزة وقادرة للآخرين وقادرة على مواجهة الأعمال الصعبة والاستمرار في إنجازها.

٣- المثابرة والتحدي: قدرة المعلمة على الاستمرار في التدريس بالرغم من الصعوبات ومشاكل الأطفال التي تواجهها أثناء القيام بالنشاط، وسعيها لحل المشكلات مهما استغرق ذلك من وقت وجهد.

أهمية الدافع للإنجاز لمعلمات رياض الأطفال:

يعتبر الدافع للإنجاز من العوامل المساعدة للمعلمة لإنجاز مهامها وواجباتها ولأطفال في تعلمهم ودراساتهم، فالدافعية مفهوم معنوي، لا يمكن رؤيته، لكن تلمس آثاره من خلال ما يلاحظ من سلوكيات إيجابية لدى المعلمات والأطفال مثل: المواظبة والانتظام، وتكمن أهمية الدافعية بأنها تشكل الحافز الذي يمد السلوك بالطاقة اللازمة لإظهاره، والدافعية تتبع من حاجات داخلية للفرد، سواء كانت نفسية، أو طبيعية، تدفع الفرد للقيام بالسلوك مثل الأكل والشرب، وهناك أشياء ومواقف خارجية تعمل على تحريك السلوك، وتخلق لدى الفرد دافعية خارجية، مثل المال والمكافآت، والثناء (أبو رياش؛ والصابي؛ وعمور؛ وشريف، ٢٠٠٦).

ويمثل الدافع للإنجاز أحد الجوانب المهمة في نظام الدوافع الإنسانية، وقد برز كأحد المعالم المميزة للدراسة والبحث في ديناميات الشخصية والسلوك، بل يمكن اعتباره أحد منجزات الفكر الإنساني المعاصر (الصابي، ٢٠٠١، ٥٦).

ويتميز الفرد المنجز عن غيره ببذل جهده والاستمرار في المحاولة للحصول على النجاح، كما أنه يميل إلى حل المشكلات والمثابرة على حلها حتى لو لم يتعرض لضغط خارجي لفعل ذلك، ويسعى دائما للوصول إلى المراكز المتقدمة في العمل والمجتمع (موسى، ٢٠٠٣، ٦).

ووجد David McClelland علاقة مهمة بين دافع الإنجاز العالي والاستقلال المبكر في مرحلة الطفولة، وهناك علاقة إيجابية بين دافع الإنجاز العالي والإنجاز الفعلي في الحياة اللاحقة. وفي ضوء ما سبق فإن الباحثة ترى أهمية دافعية الإنجاز للمعلمة لأنها تمثل الإحساس الإيجابي المحفز للمعلمة نحو متطلبات مهنتها، ورغبة وقوة بيولوجية ونفسية داخلية تدفعها إلى بذل أقصى جهد لأداء أدوارها ومهامها المطلوبة بنجاح وفي الوقت المحدد وتحمل المسؤولية ورعاية الأطفال وتهذيبهم، والرغبة في مواجهة المشكلات والصعوبات واجتياز التحديات التي تعترضها وتحقيق الأهداف والشعور بالهدوء والرضا والراحة النفسية، وقد تكون دافعية أساسية أو ثانوية أو مكتسبة.

خصائص الأشخاص ذوي الاحتياجات العالية للإنجاز:

- حدد (McClelland, 1995) ثلاث خصائص للأشخاص ذوي الاحتياجات العالية للإنجاز كما يلي:
- الأشخاص ذوي الاحتياجات العالية للإنجاز لديهم رغبة قوية في تحمل المسؤولية الشخصية لأداء مهمة أو إيجاد حل لمشكلة ما.
 - يميل الأشخاص المنجزون ذوو الاحتياجات العالية إلى وضع أهداف متوسطة الصعوبة ومخاطر محسوبة للمهام.

– الأشخاص ذوي الاحتياجات العالية للإنجاز لديهم رغبة قوية في الحصول على التغذية الراجعة للأداء.

وتشير الكتابات والدراسات إلى أن الأفراد ذوي دافعية الإنجاز العالية يفضلون الأعمال التي تتطلب مسئولية شخصية ويثابرون على أدائها حتى يكملوها على أفضل صورة، ولديهم ثقة عالية بأنفسهم (أبو شقة، ٢٠٠٧، ٥٤-٥٥).

مكونات الدافعية:

الدافعية عملية تتكون من تفاعل مجموعة من المكونات التمايزية والتكاملية الموجودة من حيث النوع عند كل الأفراد لكنها تختلف في درجتها من فرد لآخر.

ويحدد هذه المكونات (بني يونس، ٢٠٠٧) كما يلي:

• المكون الذاتي:

يتضمن المكونات الخاصة بالجانب المعرفي والانفعالي والفسولوجي للشخص.

• المكون الموضوعي:

يشتمل على المكونات التي تتعلق بالجانب الذاتي للفرد، كالمكونات المادية سواء كانت فيزيائية أو كيميائية أو بيولوجية وكذلك المكون الاجتماعي.

وبالتالي فإن الدافعية تنتج عن تفاعل هذه المكونات بحيث أنه إذا حدث اختلاف في درجات تفاعل هذه المكونات أدى إلى اختلاف الدافعية من شخص إلى آخر.

وهناك من يشير إلى مكونات دافعية الإنجاز (Hwang et al, 2002) كما يلي:

– الدافع المعرفي.

– الدافع لأثر الذات.

– الحاجة للانتماء للجماعة.

مصادر دافعية الإنجاز:

ترجع دافعية الإنجاز لدى المعلمين إلى أسباب داخلية وأسباب خارجية؛ ومن المصادر التي تعزى

إليها دافعية الإنجاز ما يلي (المصري، وفرح، ٢٠٢٠):

١- المصادر الداخلية: ويرجع المعلم إنجازاته إلى جهده ومثابرتة في القيام بالإجراءات التي تحقق

الأهداف، وهو يقبل على العمل بدافع الرغبة ويستمر بدافعيته مادام يحقق النجاح ويستمتع بنتائجه.

٢- المصادر الخارجية: ويرجع المعلم نجاحه أو فشله إلى عوامل خارجية خارجة عن سيطرته.

ويصنف (بني يونس، ٢٠٠٧) مصادر دافعية الإنجاز إلى:

(١) المصادر السلوكية: وهي استجابات عن مسببات أو منبهات فطرية، فيقوم المعلم بالعمل الذي يتبعه

تعزير ويتجنب السلوك الذي يتبعه شعور بعدم الراحة أو يتعرض بعده للعقاب.

- ٢) المصادر الاجتماعية: يقوم المعلم بتقليد السلوك المقبول اجتماعياً وفق معايير المجتمع.
- ٣) المصادر المعرفية: يقوم المعلم بالسلوك للوصول إلى الفهم، والوصول إلى حالة التوازن المعرفي، والوصول إلى حل المشكلات واتخاذ القرار المناسب.
- ٤) المصادر الوجدانية: وهي تتعلق بوصول المعلم للشعور بالفضل من خلال تقليص التهديدات التي تهدد مفهوم الذات لديه.
- ٥) المصادر النزوعية: وهي تقوم على مواجهة التحديات، للوصول للهدف والوصول إلى مستوى من فاعلية الذات، من خلال الأساليب التي تساعده على التحكم في جميع جوانب الحياة.
- ٦) المصادر الروحية: تنتج من معرفة الفرد المعنى من وجوده وهي الرابطة بين العبد وربّه، والقيام بالعمل مرضاة لله تعالى.

وتوجد بعض العوامل التي تؤثر في دافعية الإنجاز لدى المعلمات منها: طبيعة دافعية الإنجاز لدى المعلمة، والثقافة السائدة والعادات والتقاليد، والأسرة والطبقة الاجتماعية والبيئة المادية والاجتماعية المحيطة بالمعلمة مثل غياب الوالدين والتفكك الأسري، وطبيعة المؤسسة التعليمية وخبرات المعلمة من نجاح وفشل، وتوقعاتها عن الأداء، والمعلمة وطريقة تعاملها مع الأطفال، والتلقي السلبي للمعلومات.

العلاقة بين الدافع للإنجاز وفاعلية الذات:

تشير الكتابات والدراسات إلى وجود علاقة طردية إيجابية بين الدافع للإنجاز وفاعلية الذات: هدفت دراسة هشام؛ بوفاتح (٢٠١٧) إلى التعرف على علاقة دافعية الإنجاز بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي بمدينة الأغواط، واستخدمت المنهج الوصفي لجمع البيانات من أداتين هما: اختبار دافع الإنجاز للأطفال والراشدين ل(Hermans)، ومقياس فاعلية الذات إعداد "نادية سراج جان"، وتكونت عينة الدراسة من (٩٤) تلميذاً، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين دافعية الإنجاز وفاعلية الذات، ووجود فروق بين الذكور والإناث في دافعية الإنجاز، وعدم وجود فروق في دافعية الإنجاز تعزى للتخصص الدراسي، وعدم وجود فروق في فاعلية الذات تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص الدراسي.

ودراسة (Arafah & Arafah, 2020) التي هدفت إلى تحليل تأثير مفهوم الذات والكفاءة الذاتية على دوافع الإنجاز ونتائج تعلم الفيزياء. وكانت عينات الدراسة ١٢٦ طالباً تم أخذها عن طريق تقنية سلوفينيا باستخدام استبيانات ونتائج اختبار لتعلم الفيزياء. وتوضح النتائج أن لمفهوم الذات والكفاءة الذاتية تأثير إيجابي مباشر على تحصيل الطالب التحفيزي ودوافعه للإنجاز، كما يجب على المعلم أيضاً أن يبحث ويحلل الاحتياجات الأساسية للطالب في التعلم لتحقيق هدف التعلم.

فروض البحث:

- في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة تم صياغة الفروض التالية:
- مستوى فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس فاعلية الذات ككل.
 - مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس الاحتراق النفسي ككل.
 - مستوى الدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس الدافعية للإنجاز ككل.
 - وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال والاحتراق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية).
 - وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال والدافعية للإنجاز (الأبعاد والدرجة الكلية).

إجراءات البحث:**منهج البحث:**

اتبعت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي الارتباطي في دراسة العلاقة بين متغيرات البحث (فاعلية الذات، والاحتراق النفسي، والدافع للإنجاز)، والتحليلي الذي يعتمد على جمع البيانات والحقائق، ووصفها وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالتها، ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية، ومن ثم الوصول إلى تضمينات بشأن متغيرات الدراسة:

مجتمع البحث:

وهو عبارة عن جميع معلمات رياض الأطفال بإدارتي غرب وشرق المنصورة التعليمية، وإدارة طلخا التعليمية بمديرية التربية والتعليم بالدقهلية.

عينة البحث:**عينة حساب صدق وثبات أدوات البحث:**

تم اختيار عدد (٤٠) معلمة (غير عينة البحث الأساسية) من معلمات رياض الأطفال في بداية الفصل الدراسي الثاني للعام ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣م، وتم تطبيق مقياس فاعلية الذات ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس الدافعية للإنجاز على عدد (٤٠) معلمة لحساب صدق وثبات أدوات البحث.

عينة البحث الأساسية:

عينة البحث الأساسية هي (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال ببعض مدارس مديرية التربية والتعليم بالدقهلية، وتم تطبيق مقياس فاعلية الذات ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس الدافعية للإنجاز على عدد (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال في الفصل الدراسي الثاني للعام ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣ م. وتم استبعاد عدد (٥) معلمات لعدم إكمالهم الاستجابة على المقاييس الثلاثة، وبذلك أصبح العدد النهائي لعينة البحث الأساسية (٩٥) معلمة.

أدوات البحث:

١) مقياس فاعلية الذات (إعداد الباحثة):

يهدف المقياس إلى تحديد مستوى فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال.

المصادر التي رجعت إليها الباحثة في إعداد المقياس:

اطلعت الباحثة على الكتابات النظرية والدراسات السابقة ومقاييس فاعلية الذات مثل: دراسة المزروع ٢٠٠٧؛ ودراسة الخلايلة، ٢٠١١؛ ودراسة حجازي، ٢٠١٣؛ ودراسة العزب، ٢٠١٦؛ ودراسة Maryati (2016) & Mustika، ودراسة Çelik & Kahraman (2018)، ودراسة Pourkarimi & Mobinrahni (2018)، ودراسة Zakaria & Hamzah (2021). وكذلك الاطلاع على بعض المقاييس الأخرى مثل: مقياس فاعلية الذات: Tipton & Worthington (1984) وقام بإعداده للبيئة المصرية (محمد السيد عبد الرحمن، ١٩٩٨)، ومقياس فاعلية الذات: (2001, Jerusalem & Schwarzer) وقام بإعداده للبيئة المصرية (أمانى عبد المقصود، وسميرة شند، ٢٠١٥). ومقياس فاعلية الذات (نيفين المصري، وصلاح الدين أبو ناهية، ٢٠١١)، مقياس فاعلية الذات (أحمد، ٢٠١٦)، ومقياس فاعلية الذات (التماني، ٢٠٢١).

تحديد التعريف الإجرائي لفاعلية الذات وأبعاد مقياس فاعلية الذات:

اعتمدت الباحثة على تعريف أبعاد فاعلية الذات التي حددها Bandura (1977)، وحددت الباحثة أبعاد المقياس في (٣) أبعاد تشمل (٤٨) عبارة ككل هي: البعد الأول: قدر الفاعلية يشمل (١٨) عبارة، والبعد الثاني: العمومية يشمل (١٤) عبارة، والبعد الثالث: القوة يشمل (١٦) عبارة.

وقامت الباحثة بالتأكد من صلاحية مقياس فاعلية الذات المستخدم في البحث عن طريق الخطوات التالية:

١- صدق المحكمين: تم عرض مقياس فاعلية الذات في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وذلك لإبداء آرائهم وكتابة ما يرونه مناسباً من

تعديلات أو إضافات أخرى، وقامت الباحثة بإجراء التعديلات التي يرونها وتنفيذ وجهات نظرهم بإعادة صياغة ودمج وحذف بعض العبارات.

٢- حساب الاتساق الداخلي لمقياس فاعلية الذات: تم حساب الاتساق الداخلي لكل بعد فرعي على حدة وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات كل عبارة من العبارات المكونة لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة على البعد الذي يحتويها وذلك بتطبيق مقياس فاعلية الذات على عدد (٤٠) معلمة برياض الأطفال (غير عينة البحث الأساسية)، وجدول (١) يوضح معاملات الاتساق الداخلي لعبارات الأبعاد المكونة لمقياس فاعلية الذات كما يلي:

جدول (١)

معاملات الاتساق الداخلي لعبارات الأبعاد الفرعية المكونة لمقياس فاعلية الذات ن = (٤٠) معلمة

البعد	العبارة	معامل الارتباط	البعد	العبارة	معامل الارتباط	البعد	العبارة	معامل الارتباط
القوة	٣٣	**_٨٢	العمومية	١٩	**_٨٥	قدر الفاعلية	١	**_٨٥
	٣٤	**_٨٠		٢٠	**_٨١		٢	**_٧٧
	٣٥	**_٨٥		٢١	**_٧٥		٣	**_٧٥
	٣٦	**_٧٠		٢٢	**_٨٢		٤	**_٨٨
	٣٧	**_٨٨		٢٣	**_٧٠		٥	**_٨١
	٣٨	**_٨٤		٢٤	**_٨٩		٦	**_٨٤
	٣٩	**_٧٦		٢٥	**_٩٠		٧	**_٧١
	٤٠	**_٨٣		٢٦	**_٨٧		٨	**_٧٣
	٤١	**_٨٥		٢٧	**_٧٩		٩	**_٩٠
	٤٢	**_٨٠		٢٨	**_٧٣		١٠	**_٨٦
	٤٣	**_٨٦		٢٩	**_٨٢		١١	**_٨٤
	٤٤	**_٧٧		٣٠	**_٧٠		١٢	**_٧٣
	٤٥	**_٨٩		٣١	**_٨٩		١٣	**_٨٢
	٤٦	**_٦٩		٣٢	**_٧٦		١٤	**_٧٥
٤٧	**_٨٤			١٥	**_٨٨			
٤٨	**_٨٨			١٦	**_٧٦			
				١٧	**_٦٩			
				١٨	**_٨٩			

** دال عند مستوى (٠,٠١).

ويتضح من جدول (١) أن جميع العبارات جاءت على علاقة دالة (عند مستوى ٠,٠١) بالدرجة على البعد الذي يحتويها وهذا يدل على أن كلا منها متماسك داخليًا مع البعد الذي يتضمنها. وقامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي بإيجاد معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية للمقياس، وجدول (٢) يوضح ذلك فيما يلي:

جدول (٢)

معاملات الاتساق الداخلي للأبعاد المكونة لمقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية (ن = ٤٠)

معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط	البعد
.٨٥**	القوة	.٨٤**	قدر الفاعلية
		.٨٨**	العمومية

** دال عند مستوى (٠.١)

يتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية في المقياس دالة عند مستوى (٠.١) أي أن الأبعاد متماسكة داخليًا مع القائمة ككل.

٣- صدق المحك: تم حساب صدق المحك للمقياس في البحث الحالي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات (٤٠) معلمة على المقياس الحالي ودرجاتهم على مقياس فاعلية الذات إعداد (أماني عبد المقصود، وسميرة شند، ٢٠١٥). وبلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٨٤) وهي دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على صدق المقياس الحالي.

٤- ثبات المقياس: تم حساب ثبات مقياس فاعلية الذات الحالي باستخدام:

◀ طريقة إعادة التطبيق: على عينة التقنين (٤٠) معلمة، وبفاصل زمني قدره أسبوعين من التطبيق الأول، ويوضح جدول (٣) نتائج ذلك.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني لمقياس فاعلية الذات (ن = ٤٠)

ر	البعد
.٨٤	قدر الفاعلية
.٨٠	العمومية
.٨٣	القوة
.٨٦	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني للمقياس بالنسبة للأبعاد والدرجة الكلية هي معاملات ثبات مرتفعة. وهذا يدل على ثبات المقياس وصلاحيته لاستخدامه في قياس فاعلية الذات.

◀ طريقة ألفا كرونباخ: بتطبيقها على عدد (٤٠) معلمة. وجدول (٤) يوضح حساب معامل ثبات الأبعاد والدرجة الكلية.

جدول (٤)

معاملات ثبات أبعاد مقياس فاعلية الذات باستخدام ألفا كرونباخ (ن=٤٠) معلمة

البعد	معامل الثبات	البعد	معامل الثبات
قدر الفاعلية	.٨٩	القوة	.٨٦
العمومية	.٨٥		
الدرجة الكلية	.٨٧		

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الثبات للأبعاد المكونة لمقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية جاءت معاملات ثبات مرتفعة ومقبولة لهذا النوع من المقاييس.

٥- تصحيح المقياس:

يتكون مقياس فاعلية الذات في صورته النهائية من (٤٨) عبارة موزعة على أبعاد المقياس وهي: قدر الفاعلية (١٨) عبارة، والعمومية (١٤) عبارة، والقوة (١٦) عبارة. وأمام كل عبارة خمس استجابات بطريقة ليكرت الخماسية من ٥ إلى ١ هي: تنطبق تماماً (٥) درجات، تنطبق بدرجة كبيرة (٤) درجات، تنطبق إلى حد ما (٣) درجات، لا تنطبق بدرجة كبيرة (٢) درجة، لا تنطبق إطلاقاً (١) درجة، والعبارات المصوغة في الاتجاه المعاكس (السلبى) تأخذ تقديراً عكسياً، وعلى المعلمة وضع علامة (٧) في المكان المناسب الذي تراه منطبقاً عليها. وبذلك تكون أعلى درجة على المقياس هي (٢٤٠) درجة وأقل درجة هي (٤٨) درجة، والدرجة المرتفعة تشير إلى ارتفاع فاعلية الذات لدى المعلمات، والدرجة المنخفضة تشير إلى ضعف وانخفاض فاعلية الذات لدى المعلمات.

٢) مقياس الاحتراق النفسي (إعداد الباحثة):

يهدف المقياس إلى تحديد مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

المصادر التي رجعت إليها الباحثة في إعداد المقياس:

اطلعت الباحثة على الكتابات النظرية والدراسات السابقة ومقاييس الاحتراق النفسي مثل: دراسة التجاني (٢٠١٤)، والظفري (٢٠١٦)، والعرايضة (٢٠١٦)، ودراسة (Steiner (2016) ، AI- & AI-Adwan ، (2017)، Khayat، عبد البصير؛ بديوي؛ عبد الحميد (٢٠٢٠)، (2021)، Zakaria & Hamzah. كما اطلعت الباحثة على بعض المقاييس مثل: مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (Maslach, 1982) ترجمة وإعداد: نصر يوسف وآخرين ، ١٩٩١ ، ومقياس الاحتراق النفسي للمعلمين أعده Seidman & Zager(1986) ترجمة وتقنين: عادل عبد الله محمد، ٢٠١٥، ومقياس الاحتراق النفسي (زينب شقير، Maslach & Jackson, 1984; Maslach; Jackson & Leiter, 1996; Maslach, (٢٠٠٩)، 2003.

تحديد التعريف الإجرائي للاحتراق النفسي وأبعاد مقياس الاحتراق النفسي:

اعتمدت الباحثة على تعريف أبعاد الاحتراق النفسي التي حددها (Maslach (1982، وحددت الباحثة أبعاد مقياس الاحتراق النفسي في (٣) أبعاد تشمل (٣٢) عبارة هي: البعد الأول: الإجهاد الانفعالي يشمل (١٤) عبارة، والبعد الثاني: تبدل المشاعر يشمل (٩) عبارات، والبعد الثالث: نقص الشعور بالإنجاز الشخصي يشمل (٩) عبارات.

وقامت الباحثة بالتأكد من صلاحية مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في البحث عن طريق الخطوات التالية:

١- صدق المحكمين: تم عرض مقياس الاحتراق النفسي في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وذلك لإبداء آرائهم وكتابة ما يرونه مناسباً من تعديلات أو إضافات أخرى، وقامت الباحثة بإجراء التعديلات التي يرونها وتنفيذ وجهات نظرهم بإعادة صياغة ودمج وحذف بعض العبارات.

٢- حساب الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي: تم حساب الاتساق الداخلي لكل عبارة من عبارات المقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات كل عبارة من العبارات المكونة للبعد والدرجة الكلية للبعد، وذلك بتطبيق مقياس الاحتراق النفسي على عدد (٤٠) معلمة (غير عينة البحث الأساسية)، وجدول (٥) يوضح معاملات الاتساق الداخلي للعبارات المكونة لكل بعد من أبعاد مقياس الاحتراق النفسي كما يلي:

جدول (٥)

معاملات الاتساق الداخلي لعبارات الأبعاد الفرعية المكونة لمقياس الاحتراق النفسي ن = (٤٠)

البعد	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
الإجهاد الانفعالي	١	**٠.٧٤	٥	**٠.٧٤	٩	**٠.٨٣	١٣	**٠.٧٩
	٢	**٠.٧٩	٦	**٠.٧٣	١٠	**٠.٨٨		
	٣	**٠.٨٦	٧	**٠.٧٢	١١	**٠.٧٦	١٤	**٠.٨٨
	٤	**٠.٨٤	٨	**٠.٨٧	١٢	**٠.٧٤		
تبدل المشاعر	١٥	**٠.٨٦	١٨	**٠.٨٣	٢١	**٠.٨٥	٢٣	**٠.٨٧
	١٦	**٠.٨٢	١٩	**٠.٧٩	٢٢	**٠.٨٨		
	١٧	**٠.٨٨	٢٠	**٠.٧٨				
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	٢٤	**٠.٧٩	٢٧	**٠.٨٢	٣٠	**٠.٨٨	٣٢	**٠.٧٣
	٢٥	**٠.٨٦	٢٨	**٠.٨٧	٣١	**٠.٧٨		
	٢٦	**٠.٨٢	٢٩	**٠.٧٢				

** دال عند مستوى (٠.١)

ويتضح من جدول (٥) أن جميع العبارات جاءت على علاقة دالة (عند مستوى ٠.٠١) بالدرجة على البعد الذي يحتويها وهذا يدل على أن كلا منها متماسك داخليًا مع البعد الذي يتضمنها. وقامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي بإيجاد معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس ككل، وجدول (٦) يوضح ذلك كما يلي:

جدول (٦)

معاملات الاتساق الداخلي للأبعاد المكونة لمقياس الاحتراق النفسي والدرجة الكلية (ن = ٤٠)

البعد	معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط
الإجهاد الانفعالي	*.٨٣	نقص الشعور	*.٨٦
تبلد المشاعر	*.٨١	بالإنجاز الشخصي	

** دال عند مستوى (٠.٠١)

ويتضح من جدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية في المقياس دالة عند مستوى (٠.٠١) أي أن الأبعاد متماسكة داخليًا مع المقياس ككل.

٣- **صدق المحك:** تم حساب صدق المحك لمقياس الاحتراق النفسي في البحث الحالي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات (٤٠) معلمة على المقياس الحالي ودرجاتهم على مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين إعداد (عادل عبد الله، ٢٠١٥). وبلغت قيمة معامل الارتباط (٨٨)، وهي دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على صدق مقياس الاحتراق النفسي الحالي.

٤- **ثبات المقياس:** تم حساب ثبات مقياس الاحتراق النفسي في البحث الحالي باستخدام:
 < طريقة إعادة التطبيق: على عينة التقنين (٤٠) معلمة، وبفاصل زمني قدره أسبوعين من التطبيق الأول، ويوضح جدول (٧) نتائج ذلك:

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني لمقياس الاحتراق النفسي (ن = ٤٠)

البعد	ر
الإجهاد الانفعالي	.٨٤
تبلد المشاعر	.٧٩
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	.٨٥
الدرجة الكلية	.٨٣

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني للمقياس بالنسبة للأبعاد والدرجة الكلية هي معاملات ثبات مرتفعة. وهذا يدل على ثبات المقياس وصلاحيته لاستخدامه في قياس الاحتراق النفسي.

◀ طريقة ألفا كرونباخ: بتطبيقها على عدد (٤٠) معلمة . وجدول (٨) يوضح حساب معامل ثبات الأبعاد والدرجة الكلية.

جدول (٨)

معاملات ثبات أبعاد مقياس الاحتراق النفسي باستخدام ألفا كرونباخ (ن=٤٠)

معامل الثبات	البعد	معامل الثبات	البعد
. ٨٤	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	. ٨٢	الإجهاد الانفعالي
		. ٨١	تبلد المشاعر
	. ٨٢		الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الثبات للأبعاد المكونة للمقياس والدرجة الكلية جاءت معاملات ثبات مرتفعة ومقبولة لهذا النوع من المقاييس.

٥- تصحيح المقياس:

يتكون مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية من (٣٢) عبارة موزعة على أبعاد المقياس الثلاثة وهي: البعد الأول: الإجهاد الانفعالي (١٤) عبارة، والبعد الثاني: تبلد المشاعر (٩) عبارات، والبعد الثالث: نقص الشعور بالإنجاز الشخصي (٩) عبارات. وأمام كل عبارة خمس استجابات (دائمًا (٥) درجات، غالبًا (٤) درجات، أحيانًا (٣) درجات، نادرًا (٢) درجتان، أبدًا (١) درجة واحدة)، والعبارات المصوغة في الاتجاه المعاكس (السلبي) تأخذ تقديرًا عكسيًا وعلى المعلمة وضع علامة (٧) في المكان المناسب الذي تراه منطبقًا عليها. وبذلك تكون أعلى درجة على المقياس هي (١٦٠) درجة وأقل درجة هي (٣٢) درجة، والدرجة المرتفعة تشير إلى وجود الاحتراق النفسي لدى المعلمات، والدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض الاحتراق النفسي لدى المعلمات.

٣) مقياس الدافعية للإنجاز (إعداد الباحثة):

يهدف المقياس إلى تحديد مستوى الدافعية للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال.

المصادر التي رجعت إليها الباحثة في إعداد المقياس:

اطلعت الباحثة على الكتابات النظرية والدراسات السابقة مثل: دراسة (Hwang et al, 2002)، ودراسة المزروع (٢٠٠٧)، والسيد، والحري (٢٠١٤)، وهشام، بوفاتح (٢٠١٧)، والمصري، وفرح (٢٠٢٠)، ودراسة سعد (٢٠٢١).

كما اطلعت الباحثة على بعض المقاييس مثل: مقياس الدافعية للإنجاز (خليفة، ٢٠٠٦)، ومقياس دافعية الإنجاز (العازمي، ٢٠١٣)، ومقياس دافعية الإنجاز (عثمان، وصبحي، وشاهين، ٢٠١٤).

تحديد التعريف الإجرائي لدافعية الإنجاز وأبعاد مقياس الدافعية للإنجاز:

اعتمدت الباحثة في تعريف أبعاد الدافعية للإنجاز في المقياس الحالي على تعريفات أبعاد المقاييس العديدة والمتنوعة لدافعية الإنجاز.

وحددت الباحثة أبعاد المقياس في (٣) أبعاد تشمل (٤٤) عبارة هي: البعد الأول: الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية يشمل (١٥) عبارة، والبعد الثاني: السعي نحو التفوق والتميز يشمل (١٧) عبارة، والبعد الثالث: المثابرة والتحدي يشمل (١٢) عبارة.

وقامت الباحثة بالتأكد من صلاحية مقياس الدافعية للإنجاز المستخدم في البحث عن طريق الخطوات التالية:

١- **صدق المحكمين:** تم عرض مقياس الدافعية للإنجاز في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وذلك لإبداء آرائهم وكتابة ما يرونه مناسبًا من تعديلات أو إضافات أخرى، وقامت الباحثة بإجراء التعديلات التي يرونها وتنفيذ وجهات نظرهم بإعادة صياغة ودمج وحذف بعض العبارات.

٢- **حساب الاتساق الداخلي لمقياس الدافعية للإنجاز:** تم حساب الاتساق الداخلي لكل عبارة من عبارات المقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات كل عبارة من العبارات المكونة للبعد والدرجة الكلية للبعد، وذلك بتطبيق مقياس الدافع للإنجاز على عدد (٤٠) معلمة (غير عينة البحث الأساسية)، وجدول (٩) يوضح معاملات الاتساق الداخلي للعبارات المكونة لكل بعد من أبعاد مقياس الدافعية للإنجاز كما يلي:

جدول (٩)

معاملات الاتساق الداخلي لعبارات الأبعاد الفرعية المكونة لمقياس الدافعية للإنجاز ن = (٤٠) معلمة

معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط	العبرة	البعد
**٠.٨٨	١٣	**٠.٧٣	٩	**٠.٧٩	٥	**٠.٦٨	١	الشعور بالالتزام وتحمل بالمسؤولية
**٠.٧٦	١٤	**٠.٨٦	١٠	**٠.٧٤	٦	**٠.٧٩	٢	
**٠.٧٩	١٥	**٠.٨٣	١١	**٠.٧٢	٧	**٠.٨٤	٣	
		**٠.٨٤	١٢	**٠.٧٥	٨	**٠.٨٣	٤	
**٠.٧٨	٣١	**٠.٨٨	٢٦	**٠.٨٠	٢١	**٠.٨٧	١٦	السعي نحو التفوق والتميز
		**٠.٨٩	٢٧	**٠.٧٧	٢٢	**٠.٧٨	١٧	
**٠.٨١	٣٢	**٠.٨٦	٢٨	**٠.٧٤	٢٣	**٠.٨٤	١٨	
		**٠.٨٧	٢٩	**٠.٨١	٢٤	**٠.٨٢	١٩	
		**٠.٨٦	٣٠	**٠.٨٤	٢٥	**٠.٨٥	٢٠	
**٠.٧٥	٤٢	**٠.٨٤	٣٩	**٠.٨٩	٣٦	**٠.٧٨	٣٣	المثابرة والتحدي
**٠.٨٦	٤٣	**٠.٨٢	٤٠	**٠.٨٨	٣٧	**٠.٨٦	٣٤	
**٠.٨٢	٤٤	**٠.٧٩	٤١	**٠.٦٩	٣٨	**٠.٧٧	٣٥	

** دال عند مستوى (٠.٠١)

ويتضح من جدول (٩) أن جميع العبارات جاءت على علاقة دالة (عند مستوى ٠.٠١) بالدرجة على البعد الذي يحتويها وهذا يدل على أن كلا منها متماسك داخلياً مع البعد الذي يتضمنها. وقامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي بإيجاد معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس ككل، وجدول (١٠) يوضح ذلك كما يلي:

جدول (١٠)

معاملات الاتساق الداخلي للأبعاد المكونة لمقياس الدافعية للإنجاز والدرجة الكلية (ن = ٤٠) معلمة

معامل الارتباط	البعد
**٠.٨٤	الشعور بالالتزام وتحمل بالمسؤولية
**٠.٨٩	السعي نحو التفوق والتميز
**٠.٨٨	المثابرة والتحدي

** دال عند مستوى (٠.٠١)

ويتضح من جدول (١٠) أن جميع معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية في المقياس دالة عند مستوى (٠.٠١) أي أن الأبعاد متماسكة داخلياً مع المقياس ككل. ٣- صدق المحك: تم حساب صدق المحك للمقياس في البحث الحالي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات (٤٠) معلمة على المقياس الحالي ودرجاتهم على مقياس الدافعية للإنجاز إعداد (خليفة، ٢٠٠٦). وبلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٩) وهي دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على صدق المقياس الحالي.

٤- ثبات المقياس: تم حساب ثبات مقياس الدافعية للإنجاز الحالي باستخدام:
 < طريقة إعادة التطبيق: على عينة التقنين (٤٠) معلمة. وبفاصل زمني قدره أسبوعين من التطبيق الأول، وجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني لمقياس الدافعية للإنجاز (ن = ٤٠)

ر	البعد
.٨٢	الشعور بالالتزام وتحمل بالمسؤولية
.٧٤	السعي نحو التفوق والتميز
.٨٥	المثابرة والتحدي
.٨٧	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني للمقياس بالنسبة للأبعاد والدرجة الكلية هي معاملات ثبات مرتفعة. وهذا يدل على ثبات المقياس وصلاحيته لاستخدامه في قياس الدافعية للإنجاز.

< طريقة ألفا كرونباخ: بتطبيقها على عدد (٤٠) معلمة. وجدول (١٢) يوضح حساب معامل ثبات الأبعاد والدرجة الكلية.

جدول (١٢)

معاملات ثبات أبعاد مقياس الدافعية للإنجاز باستخدام ألفا كرونباخ (ن = ٤٠)

معامل الثبات	البعد	معامل الثبات	البعد
.٨٧	المثابرة والتحدي	.٨٨	الشعور بالالتزام وتحمل بالمسؤولية
		.٨٤	السعي نحو التفوق والتميز
.٨٦		الدرجة الكلية	

يتضح من جدول (١٢) أن معاملات الثبات للأبعاد المكونة للمقياس والدرجة الكلية جاءت معاملات ثبات مرتفعة ومقبولة لهذا النوع من المقاييس.

تصحيح المقياس:

يتكون مقياس الدافعية للإنجاز في صورته النهائية من (٤٤) عبارة موزعة على أبعاد المقياس الثلاثة وهي: بعد الشعور بالالتزام وتحمل بالمسؤولية (١٥) عبارة، وبعد السعي نحو التفوق والتميز (١٧) عبارة، وبعد المثابرة والتحدي (١٢) عبارة. وأمام كل عبارة خمس استجابات (دائمًا (٥) درجات، غالبًا (٤) درجات، أحيانًا (٣) درجات، نادرًا (٢) درجتان، أبدًا (١) درجة واحدة)، والعبارات السالبة المصوغة في الاتجاه المعاكس تأخذ تقديرًا عكسيًا وعلى المعلمة وضع علامة (٧) في المكان المناسب الذي تراه منطبقًا عليها. وبذلك تكون أعلى درجة على المقياس هي (٢٢٠) درجة وأقل درجة هي

(٤٤) درجة، والدرجة المرتفعة تشير إلى ارتفاع الدافع للإنجاز لدى المعلمات، والدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض الدافع للإنجاز لدى المعلمات.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية في معالجة البيانات كما يلي:

- أسلوب الاتساق الداخلي لمقاييس فاعلية الذات والاحترق النفسي ودافعية الإنجاز.
- أسلوب إعادة تطبيق الاختبار، ومعادلة ألفا لكرونباخ لحساب ثبات مقاييس فاعلية الذات والاحترق النفسي ودافعية الإنجاز.
- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبار (ت) T-test.

نتائج البحث: مناقشتها وتفسيرها:

١- نتائج اختبار الفرض الأول ومناقشتها وتفسيرها:

لاختبار الفرض الأول الذي ينص على أنه: " مستوى فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس فاعلية الذات ككل". قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) للعينة الواحدة (المجموعة الواحدة) وحساب المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) كما بالجدول (١٣) التالي:

جدول (١٣)

حساب المتوسط الحسابي لأفراد العينة والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) ودلالاتها في مقياس فاعلية

الذات

الدرجة الكلية	العينة	المتوسط الحسابي للأفراد	المتوسط الفرضي	الفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدالة
قدر الفاعلية	٩٥	٥٦	٥٤	٢	١٨,٧	١,٠٤	٩٤	-
العمومية		٤٣	٤٢	١	١٠,٦	,٩٢		-
القوة		٤٩,٣	٤٨	١,٣	١١,٤	١,١١		-
المقياس ككل		١٤٨,٣	١٤٤	٤,٣	٢١,٩	١,٩١		-

من خلال النتائج المبينة بالجدول (١٣) وبناء على قيمة المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث على مقياس فاعلية الذات وهي (١٤٨,٣) يتضح أن المتوسط الحسابي للمقياس ككل أعلى قليلاً من المتوسط الفرضي الذي يفرضه هذا المقياس وهو (١٤٤) للمقياس ككل. ولذلك يعتبر مستوى فاعلية الذات متوسط لدى أفراد عينة البحث ولم يصل للدرجة (١٩٢) التي تمثل المستوى الفرضي (٨٠٪) على مقياس فاعلية الذات ككل. ويعتبر المتوسط الحسابي (١٤٨,٣) منخفض وأقل بكثير من القيمة الفرضية (١٩٢) التي تمثل المستوى الفرضي (٨٠٪) للمقياس ككل.

وهذا ما أكدته قيمة "ت" بالنسبة للعينة الواحدة التي بلغت قيمتها في المقياس ككل (١,٩١)، وقيمة "ت" بالنسبة للعينة الواحدة في البعد الأول (قدر الفاعلية) (١,٠٤)، وفي البعد الثاني (العمومية) (١,٩٢)، وفي البعد الثالث (القوة) (١,١١). وهي جميعها قيم غير دالة أي أنه لا يوجد فرق دال لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة في كل بعد من الأبعاد الثلاثة أو لمقياس فاعلية الذات ككل. وفي ضوء ذلك يتم رفض الفرض الأول وقبول الفرض البديل وهو: "مستوى فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال لا يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس فاعلية الذات ككل".

وتتفق نتائج الفرض الأول في البحث الحالي مع دراسات كل من: (Bandura 1994)، علي (٢٠١٦)، (Maryati & Mustika 2016)، (Çelik & Kahraman 2018) التي تؤكد على تفاوت مستوى فاعلية الذات لدى المعلمين وتأثيرها في أدائهم وسلوكياتهم وأهميتها في مواجهة الضغوط وتجنب الاحتراق النفسي والاهتمام بالبرامج التدريبية وفنيات علم النفس الإيجابي في تحسين فاعلية الذات لمعلمات رياض الأطفال.

٢- نتائج اختبار الفرض الثاني ومناقشتها وتفسيرها:

لاختبار الفرض الثاني الذي ينص على أنه: "مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس الاحتراق النفسي ككل". قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) بالنسبة للعينة الواحدة (المجموعة الواحدة) وحساب المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) كما بالجدول (١٤) التالي:

جدول (١٤)

حساب المتوسط الحسابي لأفراد العينة والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) ودلالاتها في مقياس الاحتراق

النفسي

الدرجة الكلية	العينة	المتوسط الحسابي للأفراد	المتوسط الفرضي	الفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة
الإجهاد الانفعالي	٩٥	٤٦	٤٢	٤	٨,٥٧	٤,٥٤٩	٩٤	دالة
تبدل المشاعر		٣٢,٢	٢٧	٥,٢	١٠,٥٧	٤,٧٩		دالة
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي		٣٣	٢٧	٦	١١,٠٣	٥,٣		دالة
المقياس ككل		١١١,٢	٩٦	١٥,٢	١٢,٤٧	١١,٨٨		دالة

من خلال النتائج المبينة بالجدول (١٤) وبناء على قيمة المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث على مقياس الاحتراق النفسي وهي (١١١,٢) يتضح أن المتوسط الحسابي للمقياس ككل أعلى بمقدار (١٥,٢) من المتوسط الفرضي الذي يفرضه هذا المقياس وهو (٩٦). ولذلك يعتبر مستوى الاحتراق النفسي

مرتفع لدى أفراد عينة البحث ولكن لم يصل للدرجة (١٢٨) التي تمثل المستوى الفرضي (٨٠٪) على مقياس الاحتراق النفسي ككل. ويعتبر المتوسط الحسابي (١١١,٢) مرتفع عن المتوسط الفرضي لكن لم يصل للقيمة الفرضية (١٢٨) التي تمثل المستوى الفرضي (٨٠٪) للمقياس ككل. وهذا ما أكدته قيمة "ت" بالنسبة للعينة الواحدة التي بلغت قيمتها لمقياس الاحتراق النفسي ككل (١١,٨٨) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١، وقيمة "ت" بالنسبة للعينة الواحدة في البعد الأول (الإجهاد الانفعالي) (٤,٥٤٩)، وفي البعد الثاني (تبادل المشاعر) (٤,٧٩)، وفي البعد الثالث (نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) (٥,٣). وهي جميعها قيم دالة عند مستوى (٠,٠١) أي أنه يوجد فرق دال لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة في كل بعد من الأبعاد الثلاثة ومقياس الاحتراق النفسي ككل. وفي ضوء ذلك يتم رفض الفرض الثاني وقبول الفرض البديل وهو: " مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال مرتفع لكن لا يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس الاحتراق النفسي ككل".

وتتفق نتائج الفرض الثاني في البحث الحالي مع دراسات كل من: التجاني (٢٠١٤)، Steiner (2016)، (Al-Adwan & Al- Khayat, 2017) ودراسة عبد البصير؛ بديوي؛ عبدالحاميد (٢٠٢٠). التي تشير إلى وجود الاحتراق النفسي لدى المعلمين بدرجات متفاوتة وتؤكد على أهمية مواجهة الضغوط النفسية وأسبابها وتجنب الاحتراق النفسي والاهتمام بالبرامج التدريبية وفنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الجوانب النفسية لمعلمات رياض الأطفال.

٣- نتائج اختبار الفرض الثالث ومناقشتها وتفسيرها:

لاختبار الفرض الثالث الذي ينص على أنه: " مستوى الدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس الدافعية للإنجاز ككل". قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) بالنسبة للعينة الواحدة (المجموعة الواحدة) وحساب المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي وحساب قيمة (ت) كما بالجدول (١٥) التالي:

جدول (١٥)

حساب المتوسط الحسابي لأفراد العينة والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) ودلالاتها في مقياس الدافعية للإنجاز

الدرجة الكلية	العينة	المتوسط الحسابي للأفراد	المتوسط الفرضي	الفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة
الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية	٩٥	٤٨	٤٥	٣	١٤,٩٧	١,٩٥٣	٩٤	-
السعي نحو التفوق والتميز		٥٥	٥١	٤	٢٣,٥٧	١,٦٥		-
المثابرة والتحدى		٣٨	٣٦	٢	١٢,٤٣	١,٥٧		-
المقياس ككل		١٤١	١٣٢	٩	٥٠,٤٧	١,٧٤		-

من خلال النتائج المبينة بالجدول (١٥) وبناء على قيمة المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث على مقياس الدافع للإنجاز وهي (١٤١) يتضح أن المتوسط الحسابي للمقياس ككل أعلى بقليل بمقدار (٩) من المتوسط الفرضي الذي يفرضه هذا المقياس وهو (١٣٢). ولذلك يعتبر مستوى الدافع للإنجاز متوسط لدى أفراد عينة البحث ولكن لم يصل للدرجة (١٧٦) التي تمثل المستوى الفرضي (٨٠٪) على مقياس الدافعية للإنجاز ككل. ويعتبر المتوسط الحسابي (١٤١) أعلى بقليل من المتوسط الفرضي لكن لم يصل للقيمة الفرضية (١٧٦) التي تمثل المستوى الفرضي (٨٠٪) للمقياس ككل.

وهذا ما أكدته قيمة "ت" بالنسبة للعينة الواحدة التي بلغت قيمتها لمقياس الدافع للإنجاز ككل (١,٧٤) وهي قيمة غير دالة عند مستوى (٠,٠٥)، وقيمة "ت" بالنسبة للعينة الواحدة في البعد الأول (الشعور بالالتزام وتحمل بالمسؤولية) (١,٩٥٣)، وفي البعد الثاني (السعي نحو التفوق والتميز) (١,٦٥)، وفي البعد الثالث (المثابرة والتحدى) (١,٥٧). وهي جميعها قيم غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) أي أنه لا يوجد فرق دال لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة في كل بعد من الأبعاد الثلاثة ومقياس الدافعية للإنجاز ككل. أي أنه لا يوجد فرق دال لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة. وفي ضوء ذلك يتم رفض الفرض الثالث وقبول الفرض البديل وهو: "مستوى الدافع للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال لا يصل إلى المستوى الفرضي ٨٠٪ لمقياس الدافعية للإنجاز ككل".

وتتفق نتائج الفرض الثالث في البحث الحالي مع دراسات كل من: أبو رياش؛ والصابي؛ وعمور؛ وشريف (٢٠٠٦)، ودراسة هشام؛ بوفاتح (٢٠١٧)، ودراسة المصري؛ وفرح (٢٠٢٠) التي تشير إلى تفاوت مستوى دافعية الإنجاز لدى المعلمين وتؤكد على الاهتمام بالبرامج التدريبية وفتيات علم النفس الإيجابي في تحسين دافعية الإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال.

٤- نتائج اختبار الفرض الرابع ومناقشتها وتفسيرها:

لاختبار الفرض الرابع الذي ينص على أنه: " توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال والاحترق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) ". قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط (بيرسون)، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (١٦) التالي:

جدول (١٦) قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين فاعلية الذات والاحترق النفسي ن=٩٥

فاعلية الذات	قدر الفاعلية	العمومية	القوة	مقياس فاعلية الذات ككل
الاحترق النفسي	٠,٧٢٤-	٠,٦٦١-	٠,٦٥٤-	٠,٧٣٤-
الإجهاد النفسي	٠,٦٨١-	٠,٦٢٣-	٠,٧٢١-	٠,٧٦٢-
تبلد المشاعر	٠,٧٠٢-	٠,٦٩١-	٠,٦٨٠-	٠,٧١٢-
نقص الشعور بالإنجاز	٠,٦٤٢-	٠,٦٨٤-	٠,٧٢٤-	٠,٧٤٣-
مقياس الاحترق النفسي ككل				

يتضح من جدول (١٦) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين فاعلية الذات (الدرجة الكلية) وأبعاد فاعلية الذات (قدر الفاعلية، والعمومية، والقوة) لدى معلمات رياض الأطفال والاحترق النفسي (الدرجة الكلية)، وأبعاد الاحترق النفسي (الإجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي). وفي ضوء ذلك يمكن قبول الفرض الرابع للبحث. وتتفق نتائج الفرض الرابع للبحث الحالي مع مجموعة من الدراسات مثل دراسة: علي (٢٠١٦)، Maryati (2016), Çelik & Kahraman (2018), Pourkarimi & Mobinrahni (2018), Barni; Danioni & Benevene (2019) (Pourkarimi & Mobinrahni & Mustika, 2018), Zakaria & Hamzah, (2021).، وأهمية فاعلية الذات في مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بخفض الاحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

٥- نتائج اختبار الفرض الخامس ومناقشتها وتفسيرها:

لاختبار الفرض الخامس الذي ينص على أنه " توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين فاعلية الذات لدى معلمات رياض الأطفال والدافعية للإنجاز ". قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط (بيرسون)، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (١٧) التالي:

جدول (١٧) قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين فاعلية الذات ودافعية الإنجاز ن=٩٥

فاعلية الذات	قدر الفاعلية	العمومية	القوة	مقياس فاعلية الذات ككل
الدافعية للإنجاز	٠,٧٢١	٠,٦٨٣	٠,٧٨٢	٠,٨٦٥
الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية	٠,٦٨٤	٠,٧٤٢	٠,٧٢١	٠,٨٢٣
السعي نحو التفوق والتميز	٠,٧٦٢	٠,٨٢٤	٠,٧٩٢	٠,٨٤٦
المثابرة والتحدى	٠,٨٣٢	٠,٧٥٢	٠,٨٢٣	٠,٨٧٢
مقياس دافعية الإنجاز ككل				

يتضح من جدول (١٧) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين فاعلية الذات (الدرجة الكلية) وأبعاد فاعلية الذات (قدر الفاعلية، والعمومية، والقوة) لدى معلمات رياض الأطفال ودافعية الإنجاز (الدرجة الكلية)، وأبعاد دافعية الإنجاز (الشعور بالالتزام وتحمل المسؤولية، السعي نحو التفوق والتميز، المثابرة والتحدى). وفي ضوء ذلك يمكن قبول الفرض الخامس للبحث. وتتفق نتائج الفرض الخامس للبحث الحالي مع مجموعة من الدراسات مثل دراسة: المزروع (٢٠٠٧) التي أشارت إلى وجود ارتباط إيجابي ذي دلالة إحصائية بين درجات فاعلية الذات ودرجات دافعية الإنجاز لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. كما تؤكد دراسة الوخيان (٢٠١٩) على أهمية الفاعلية الذاتية لدى معلمات الروضة وعلاقتها بمستوى جودة الروضة في الأردن.

كما اتفقت مع نتائج دراسة، Pourkarimi & Mobinrahni (2018), Barni; Danioni & Benevene (2019) التي تؤكد على أهمية فاعلية الذات وعلاقتها بدافعية الإنجاز في تحسين أداء معلمات رياض الأطفال ومواجهة الضغوط النفسية وخفض الاحتراق النفسي.

توصيات البحث:

- (١) ينبغي الاهتمام بالبرامج التدريبية بهدف تحسين فاعلية الذات التي بدورها تحسن دافعية الإنجاز. وإجراء الدراسات التجريبية لمعرفة التحسن الذي يمكن أن يطرأ على مستوى أداء المعلمات نتيجة لتحسن فاعلية الذات والدافع للإنجاز.
- (٢) محاولة إيجاد مقترحات وحلول عملية لتحسين المستوى الاجتماعي والاقتصادي لمعلمات مرحلة رياض الأطفال لخفض مستوى الإحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
- (٣) تبني سياسات وآليات وبرامج إرشادية وتوعوية تساهم في رفع مستوى فاعلية الذات التي بدورها ترفع درجة دافعية الإنجاز وخفض مستوى الإحترق النفسي لدى المعلمين والمعلمات بصفة عامة.

- ٤) الاهتمام بفنيات علم النفس الايجابي في الإرشاد النفسي والمهني والوظيفي للمعلمات في مرحلة رياض الأطفال لمواجهة المشكلات الحياتية والنفسية، ومشكلات التدريس في مرحلة رياض الأطفال وتوترات وقلق التدريس والضغوط والاحتراق النفسي كمشكلات واضطرابات نفسية.
- ٥) عقد الندوات وورش العمل وبرامج التدريب التي تهتم بإعداد معلمات رياض الأطفال في الجوانب التربوية والنفسية وتحسين الصحة النفسية الإيجابية.
- ٦) إجراء المزيد من البحوث والدراسات على متغيرات الضغوط النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي وفاعلية الذات ودافعية الإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال ومعلمات الفئات الخاصة.

البحوث المقترحة:

- ١- إجراء دراسات مماثلة على الدافعية للإنجاز وعلاقتها بفاعلية الذات ودراسة أثرها في مستوى أداء معلمات رياض الأطفال.
- ٢- فعالية برنامج تدريبي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتحسين فاعلية الذات والدافع للإنجاز لمعلمات رياض الأطفال وتأثيره في خفض الاحتراق النفسي.
- ٣- فعالية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي للتخفيف من الضغوط النفسية وعلاقته بجودة الحياة وخفض الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الأطفال.
- ٤- دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات والدافع للإنجاز لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة.

المراجع:

- أبو جادو، صالح (٢٠١١). علم النفس التربوي، ط (٨)، الأردن، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو رياش، حسين؛ والصابي، عبد الحكيم؛ وعمور، أميمة؛ وشريف، سليم (٢٠٠٦). الدافعية والذكاء العاطفي، الأردن، عمان، دار الفكر.
- أبو شقة، سعدة أحمد إبراهيم (٢٠٠٧). دافعية الإنجاز: دراسة تنموية، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- أحمد، مسعودي (٢٠١٦). الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين، دراسة ميدانية من وجهة نظر عينة من معلمي المدرسة الابتدائية بولاية مستغانم، أطروحة دكتوراة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.
- بخيت، ماجدة هاشم (٢٠٠٨). الشخصية الإيجابية في مواجهة الحياة الضاغطة، ورقة عمل مقدمة للمؤتمر العلمي الثاني لشباب الباحثين، كلية التربية، جامعة أسيوط، ١٨٣-١٩١.
- بخيت، ماجدة هاشم (٢٠١١). السعادة وعلاقتها بالنقاؤل وقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، ٣ (٦)، ١٧-٨٥.
- بخيت، ماجدة هاشم؛ وسويقي، غادة كامل؛ وحسن، هاجر سعد عبد السلام (٢٠٢١). أثر برنامج قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي في خفض قلق المستقبل لدى الطالبة المعلمة بكلية رياض الأطفال، مجلة دراسات في الطفولة والتربية، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة أسيوط، ١٦ (١٦)، ٤١٥-٤٥٦.
- بلوم، محمد، وحنصالي، مريامة (٢٠١٣). المقاربة النظرية لإحدى سمات الشخصية المناخية: الصلابة النفسية. مجلة علوم الإنسان والمجتمع، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر، ٨، ٢٧١-٢٨٧.
- بني يونس، محمد محمود (٢٠٠٧). سيكولوجيا الدافعية والانفعالات. الأردن، عمان، دار المسيرة.
- التجاني، جرادي (٢٠١٤). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية بولاية الأغواط في ضوء متغيري الجنس والخبرة المهنية، مجلة دراسات، جامعة الأغواط، الجزائر، ٢٩، ١٦٢-١٧٠.
- جواد، جعفر جابر (٢٠١٥). الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة بغداد. مجلة كلية التربية الأساسية (جامعة واسط)، ١٩، ٣٨٣-٤١٠.
- حجازي، جولتان حسن (٢٠١٣). فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٩ (٤)، ٤٣٣-٤١٩.
- الحربي، حمدان عوض؛ والمطيري، خالد شخير؛ والعجمي، منصور منيف (٢٠١٥). الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات بمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت، مجلة التربية الخاصة والتأهيل، ٢ (٨)، الجزء الثاني، ٨٧-١٢٨.

- الخرابشة، عمر محمد؛ وعريبات، أحمد عبد الحليم (٢٠٠٥). الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، جامعة أم القرى. ١٧(٢)، ٢٩٢-٣٣١.
- الخلايلة، هدى (٢٠١١). الفاعلية الذاتية لمعلمي مدارس محافظة الزرقاء ومعلماتها في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، ٢٥ (١)، ١-٢٤.
- خليفة، عبد اللطيف محمد (٢٠٠٦). **الدافعية للإنجاز**، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.
- الرفاعي، يحي عبد الله؛ القضاة، محمد فرحان (٢٠١٠). مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، ٢(٢)، ٢٩٧-٣٥١.
- سعد، زهراء فتحي محمد (٢٠٢١). أهمية الدافعية للإنجاز لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة بحوث ودراسات الطفولة، ٣(٦)، ١٥٩-١٨٠.
- سليم، صهيب سليم يوسف (٢٠١٩). مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة العاديين والمعاقين بصريا وذوي صعوبات التعلم في منطقة نجران، مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٧(٣)، ٢٤٢-٢٦٢.
- السيد، أحمد رجب؛ والحربي، عبد الله مزعل (٢٠١٤). الرضا الوظيفي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى معلمي التربية الفكرية في مصر والسعودية: دراسة عبر ثقافية، مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية، ٢١، يناير، ١٦١-١٩٨.
- الشمري، مبارك عباس (٢٠١٨). الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات صعوبات التعلم في دولة الكويت، مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال-جامعة الإسكندرية، ١٠ (٣٣)، ١٥-٥٠.
- الشوكاني، عبد الله بن ناصر (٢٠٠٣). **الدافعية للإنجاز**، القاهرة، دار غريب للنشر والتوزيع.
- الصافي، عبد الله (٢٠٠١). المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الإنجاز ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة أبها. مجلة رسالة الخليج العربي، ٧٩(٧٩)، ٥٥-٦٦.
- الطيب، محمد عبد الظاهر؛ والبهاص، سيد (٢٠٠٩). **الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي**، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- الظفري، سعيد بن سليمان (٢٠١٦). التنبؤ بمستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات ما قبل المدرسة باستخدام معتقدات الكفاءة الذاتية، مجلة الطفولة العربية، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية، ١٧(٦٦)، ١٠٥-١١٥.
- العازمي، مريم سعود رميح (٢٠١٣). تقنين مقياس دافعية الإنجاز للراشدين، عالم التربية، ١٤(٤٣)، ٣٣٣-٣٥١.
- عبد البصير، إلهام أحمد عبد الفتاح؛ بديوي، أحمد علي؛ عبد الحميد، عزة خضري (٢٠٢٠). الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ٢٦ (١)، ٢٩-٧٢.
- عبد الخالق، أحمد محمد (٢٠٠٠). **استخبارات الشخصية**، ط(٣)، القاهرة، دار المعرفة الجامعية.

- عبد السلام، عبد السلام مصطفى (٢٠١٨). **الاتجاهات الحديثة في تدريس العلوم، ط(٣)**، القاهرة، دار الفكر العربي.
- عبد الله، آلاء طارق (٢٠٢١). **التنبؤ بالامتحان والرضا عن الحياة من الفاعلية الذاتية لدى عينتين من معلمات مرحلتي رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية في دولة الكويت**، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، ٢٩ (١)، الجزء ٢، يناير، ٤٩٥-٥٢١.
- عثمان، كمال مصطفى؛ وصبحي، سيد محمد؛ وشاهين، إيمان فوزي (٢٠١٤). **مقياس دافعية الإنجاز**، مجلة القراءة والمعرفة، ١٥١، ٤٩-٧٤.
- العرايضة، عماد صالح نجيب (٢٠١٦). **الاحترق النفسي لمعلمي التربية الخاصة**، مجلة العلوم النفسية والتربوية، ٢(١)، ١٩٧-٢٢٧.
- العزب، رحاب أمين مصطفى (٢٠١٦). **الفاعلية الذاتية لمعلمة رياض الأطفال في رعاية أطفال الروضة الموهوبين ومعوقات رعايتهم من وجهة نظر رياض الأطفال**، مجلة دراسات الطفولة، أكتوبر، ١٩ (٧٣)، ١٥٣-١٦٨.
- العنزى، عوض خلف؛ والمشعان، عويد سلطان (٢٠٠٦). **خصائص العمل وعلاقته بالاحترق الوظيفي والأداء الوظيفي لدى الموظفين في القطاع الحكومي بدولة الكويت**، مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ١٦(٤)، ٦٩٣-٧٢٨.
- عيسى، يسري أحمد سيد؛ والفالح، أسماء سعد (٢٠١٨). **الكفاءة الذاتية وعلاقتها بمستوى الاحترق النفسي لدى معلمي ومعلمات صعوبات التعلم**، مجلة التربية الخاصة والتأهيل، ٦ (٢٣)، ١-٣٤.
- الفرخ، عدنان (٢٠٠١). **الاحترق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر**، مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، ٢٨(٢)، ٢٩٧-٣٥١.
- الفرحاتي، محمود (٢٠١٢). **علم النفس الإيجابي للطفل**، الاسكندرية، دار الجامعة الجديدة.
- فريجات، عمار أحمد؛ والربضي، وائل (٢٠١٠). **مستويات الاحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون**. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، ٢٤(٥)، ١٥٥٩-١٥٨٦.
- المزروع، ليلي بنت عبد الله (٢٠٠٧). **فاعلية الذات وعلاقتها بكل من الدافعية للإنجاز والذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى**. مجلة العلوم النفسية والتربوية، كلية التربية جامعة البحرين، ٨(٤)، ٦٩-٨٩.
- المشيخي، غالب بن محمد (٢٠١٣). **الاحترق النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمحافظة الطائف**، مجلة عالم التربية، ٤١ (٤)، ١٥-٦١.
- المصري، طارق توفيق؛ فرح، علي فرح أحمد (٢٠٢٠). **دافعية الإنجاز وعلاقتها بالذكاء الاستراتيجي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية**، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٨(٣)، ٢٦٠-٢٨٩.

- موسى، فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٣). اختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين، كراسة التعليمات، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- هشام، بن فروج؛ بوفاتح، محمد (٢٠١٧). دافعية الإنجاز وعلاقتها بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي بمدينة الأغواط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر، ٢٨، ١٢٥-١٣٨.
- الوخيان، روان محمد عبد العزيز (٢٠١٩). الفاعلية الذاتية لدى معلمات الروضة وعلاقتها بمستوى جودة الروضة. أطروحة ماجستير. جامعة الإسراء، الأردن.
- Al-Adwan, F. E. Z., & Al-Khayat, M. M. (2017). Psychological Burnout in Early Childhood Teachers: Levels and Reasons. *International Education Studies*, 10(1), 179-189.
- Arafah, K., Arafah, A. N. B., & Arafah, B. (2020). Self-concept and self-efficacy's role in achievement motivation and physics learning outcomes. *Opción: Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, (27), 95, 1607-1623.
- Bandura, A. (1977). Self efficacy, toward a unifying theory of behavioral change .*Psychology Review*, 84(2), 191-215
.Http://www.iygazaedu,ps/ar/periodical.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs. NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ, 23-28.
- [https://dictionary.apa.org > social-cognitive theory- APA Dictionary of Psychology.](https://dictionary.apa.org/social-cognitive-theory)
- Bandura, A (1994). Self Efficacy, In.V,S. Ranachaudran (Ed), *Encyclopedia of Human Behavior* ,4,71-81. New York: Academic Press.
- Bandura,A (1997). *Self efficacy: the exercise of control*, w, H,Freeman, New York.
- Bandura,A (2006). *Self efficacy Beliefs of adolescents* Green wich, Ct: Information age.
- Barni, D., Danioni, F., & Benevene, P. (2019). Teachers' self-efficacy: The role of personal values and motivations for teaching. *Frontiers in psychology*, 10, 1645.

- Benawa, A. (2018). The important to growing self-efficacy to improve achievement motivation. In IOP Conference Series: Earth and Environmental Science, 126(1), p. 012086). IOP Publishing.
- Bilge, F (2006). Examining the burnout of academics in relation to job satisfaction and other factors. *Social Behavior and Personality An International Journal* , 34(9),1151-1160.
- Burisch, M. (2006). *Das Burnout-Syndrom: Theorie der inneren Erschöpfung [The Burnout- Syndrome: A Theory of inner Exhaustion]*. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- Çelik, O & Kahraman, U. (2018). The Relationship among Teachers' General Self-efficacy Perceptions, Job Burnout and Life Satisfaction. *Universal Journal of Educational Research* 6(12), 2721-2729.
- Cheung, H. (2008). Teacher Efficacy. “Acomparative Study of Hong Kong and Shanghai Primary in-Service Teachers”. *The Australian Educational Researcher*, 35(1), 103-123.
- Darling-Hammond, L., Derakhshan, A., Coombe, C., Arabmofrad, A., Janzen, K., Phelan, S., Joseph, N. M., & Sogunro, O. A. (2022). The importance of teacher self-efficacy in education: Strategies for attracting and retaining highly qualified teachers. *SAGE Open*, 12(2), 1-13. DOI: 10.1177/21582440221093342
- Egyed, C. J., & Short, R. J. (2006). Teacher self-efficacy, burnout, experience and decision to refer a disruptive student. *School psychology international*, 27(4), 462-474.
- Fathi, J., & Derakhshan, A. (2019). Teacher self-efficacy and emotional regulation as predictors of teaching stress: An investigation of Iranian English language teachers. *Teaching English Language*, 13(2), 117-143. <https://doi.org/10.22132/tel.2019.95883>
- Galletta, M., Portoghese, I., D'Aloja, E., Mereu, A., Contu, P.,& Coppola, R. C., (2016). Relationship between job burnout, psychosocial factors and health care-associated infections in critical care units. *Intensive Crit. Care Nurs.* 34, 59–66. doi: 10.1016/j.iccn.2015.11.004.

- Grossi. G., Perskia. G. & Evenga, A., Blomkvist, B. & Orth-Gomer, V (2003). Physiological correlates of burnout among women. *Journal of Psychosomatic Research* . 55. 309- 316.
- Hwang, Y.S.; Echols, Celina & Vrongistinos, K. (2002). Multidimensional academic motivation of high achieving African American students. *College Student Journal*, 36(4).
- Jackson, S. Schwab, R. & Schuler R. (1986). Toward an Understanding of the Burnout Phenomenon . *Journal of Applied Psychology* . 71 (4). 630 – 640.
- Lavasani, M. G., Borhazadeh , SH., Afzali, L., Hejazial , E. (2011) : The relationship between perceived parenting styles , social support with psychological well-being .*Social and Behavioral Sciences*. 15, 1852-1856.
- Linden D & Keijsers G., Eling P., Schaijk, R (2005). Work stress and attentional difficulties: An initial study on burnout and cognitive failures. *Work and Stress*. 19 (1), 23-36.
- Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2012). Sense of coherence and teacher burnout: A study with portuguese teachers. *Psychology, Society & Education*, 4(2), 129-139. <https://doi.org/10.25115/psye.v4i2.68>
- Martinussen M, Richardsen, A, Burke R (2007). Job demands, job resources, and burnout among police officers. *Journal of Criminal Justice*. 35. 239-249.
- Maryati, D. S., & Mustika, P. G. (2016, August). The Effect of Self Efficacy on Burnout Mediated By Stress Among Kindergarten Teachers in Indonesia. In 6th International Conference on Educational, Management, Administration and Leadership (pp. 134-137). Atlantis Press.
- Maslach, C (1982). *Burnout: The cost of Caring*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- Maslach, C (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5): 189-192. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01258>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The Measurement of Experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1984). Burnout in organizational setting. *Applied Social Psychology Annual: Applications in Organizational Settings*, 5, 133-153.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422.
- McClelland, D. C. (1995). Achievement motivation in relation to achievement-related recall, performance, and urine flow, a marker associated with release of vasopressin. *Motivation and Emotion*, 19, 59-76.
- Melamed S., & Shirom A., Toker, S., Berliner, S., & Shapire, I (2006). Burnout and Risk of Cardiovascular Disease: Evidence, Possible Causal Paths, and Promising Research Directions . *Psychological Bulletin*. 132 (3). 327 - 353.
- Otto, M.C.B., Van Ruysseveldt, J., Hoefsmit, N. & Dam, K.V. (2021). Examining the mediating role of resources in the temporal relationship between proactive burnout prevention and burnout. *BMC Public Health* 21, 599 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10670-7>.
- Pourkarimi, J; Mobinrahni, Y. (2018). Relationship between Achievement Motivation and Academic Burnout Mediating Role of Self-Efficacy Tehran University Students. *Journal of Education Strategies in Medical Sciences*, 11(1), 139-147.
- Qin, L., Lu, J., Zhou, Y., Wijaya, T., Huang, Y., & Fauziddin, M. (2022). Reduction of Academic Burnout in Preservice Teachers: PLS-SEM Approach. *Sustainability* 2022, 14, <https://www.mdpi.com/journal/sustainability>
- Raggio B., & Malacarne, P. (2007). Burnout in Intensive Care Unit. *Minerva Anestesiologica*. 73 (4). 195 – 200.
- Richardson, P. W., & Watt, H. M. G. (2006). Who Chooses Teaching and Why? Profiling Characteristics and Motivations across Three Australian

- Universities. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 34, 27-56.
<http://dx.doi.org/10.1080/13598660500480290>
- Seidman, S. A., & Zager, J. (1986). The Teacher Burnout Scale. *Educational research quarterly*. 11(1),26-33.
 - Sonnenschein M.& Sorbi M., van Doornen, L., Schaufeli, W., Maas,C(2007). Evidence that impaired sleep recovery may complicate burnout improvementindependently of depressive mood. *Journal of Psychosomatic Research*. 62. 487-494.
 - Steiner, K.D.(2016). Relationship between primary school teachers' work stressors and burnout:
https://www.researchgate.net/publication/316940875_Relationship_between_primary_school_teachers'_work_stressors_and_burnout
 - Vizoso, C., Arias-Gundín, O., & Rodríguez, C. (2019). Exploring coping and optimism as predictors of academic burnout and performance among university students. *Educational Psychology*, 39(6), 768-783.
 - Yener ,Müjdelen &Coşkun ,Özgün (2013). Using Job Resources and Job Demands in Predicting Burnout. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 99, 869 – 876.
 - Zakaria, N. S., & Hamzah, H. (2021). Contribution of Job Stress and Self-Efficacy towards Burnout among Secondary School Teachers. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(10), 1227 – 1241.